

保健便り：健



【保健目標】

# 熱中症の予防をしよう

令和4年7月1日（金）石垣第二中学校 保健室

## 健康診断終了しました

治療勧告カードをもらった人は、早めに受診して下さいね。

4月～6月、身体計測をはじめ校医検診・歯科検診・視力・聴力・心電図・尿等の検診が全て終了しました。

検査結果は、お知らせしたのものもありますが〔歯科検診・聴力・視力〕全ての個人結果は、後日お知らせいたします。



## 定期健康診断結果【概況】



### ●身体測定（身長・体重のバランス）

標準……………〔457名〕	軽度肥満……………〔42名〕
軽度やせ……………〔20名〕	中等度肥満……………〔26名〕
やせすぎ……………〔0名〕	高度肥満……………〔15名〕

●校医検診有所見者…〔36名〕（心雑音・貧血気味・アトピー性皮膚炎・脊柱側湾症 甲状腺肥大）

●視力検査……………視力低下〔261名〕0.9以下

●聴力検査……………所見あり〔3名〕

●尿検査……………所見あり〔47名〕 蛋白尿・糖・潜血

## 生かそう！健康診断結果 【健康診断で異常のあった人は早めに受診を】

### 歯科検診 **歯**

むし歯は自然によくなりません。また、悪化した場合そこからバイ菌が体に侵入して、他の重い病気になる事があります。



### 視力検査 **目**

眼病の発見は、目の健康を守るために大切です。また、視力は、メガネなどで正しく矯正しなければさらに落ちることがあります。



### 耳鼻科健診 **耳鼻**

頭痛やめまい、耳鳴り呼吸困難などが起こったり、悪化すると、耳や鼻の機能を失ってしまうことがあります。

### 尿腎臓

腎臓は、血液をきれいにしてくれる臓器です。今は症状がなくても、重症にならないうちに治すことが大切です。

## 〈熱中症にならないためのチェック〉

- |                                       |   |
|---------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 睡眠は十分とれましたか？ | <input type="checkbox"/> 朝食は食べましたか？     |
| <input type="checkbox"/> 体調不良はないですか？  | <input type="checkbox"/> こまめに水分摂っていますか？ |