

ほけんだより 5月

令和6年5月発行
長崎県立諫早高等学校
定時制 保健室



しんねんど はじ ひとつき す
新年度が始まって一月が過ぎました。

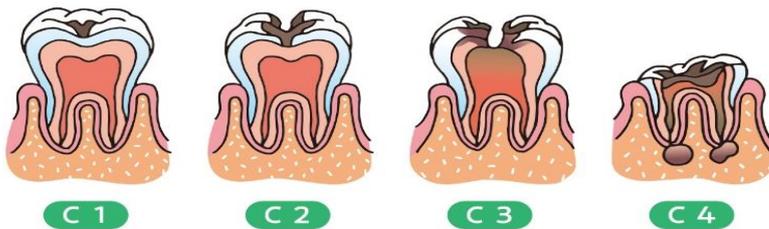
これからまた、きもちあら がっこうせいかつ
これからまた、気持ち新たに学校生活スタートです。ゴールデンウィークで

みだ せいかつ た なお
乱れてしまった生活リズムを、立て直しましょう！

21日(火)歯科健康診断です

歯科健診ではこんなところをみています

むし歯 になっていないかな？



むし歯 って？

歯の表面が少し溶けたむし歯から、歯の根っこまで溶けた重症のむし歯まであります

ししゅうびょう になっていないかな？



ししゅうびょう 歯周病 って？

歯ぐきの炎症です。放っておくと歯を支えている骨まで溶けてしまいます

あごの関節に異常はないかな？



はなら 歯並び・かみ合わせの 異常はないかな？



は 歯みがきでじょうずに 歯垢が取れているかな？



歯科の先生が学校へきて、みなさんの歯と口の状態をみてくれる大切な時間です。

登校前にていねいに歯をみがいてきましょう。(給食をとる人は歯ブラシ持参)



けんこうしんだんけっかし 〈健康診断結果のお知らせについて〉



ぜんいん 全員に、視力検査の結果をお知らせしています。「A」でなかった人は受診
が必要
ひつよう が必要です。お知らせの用紙と保険証、お財布を持って「眼科」を受診して
ください。自分の体のメンテナンスも社会人への大切な一歩ですよ。歯科健
診も終わり次第、結果をお知らせします。

日本スポーツ振興センターの手続きについて



がっこうかんにりか
学校管理下でケガをして受診したとき さいがいきゅうふきん
災害給付金を利用できます

〈給付対象になる学校管理下でのケガとは?〉

じゅぎょうちゅう きゅうけいじかんちゅう ぶかつどう つうじょう とうげこうちゅう ふしょう ばあい たいしょう
授業中や休憩時間中、部活動や通常の登下校中に負傷した場合が対象です。

ただし、医療費の自己負担の総額が1,500円以上の場合に限ります。

〈給付には申請手続きが必要です〉

対象となるケガをして受診した場合は、早めに担任または養護教諭に相談してください。

がいとう 該当する場合には必要な書類をお渡しします。



こころも 手当て できます



なやみごとは、ひとりで抱えこんでしまうと心がおも
なる一方で、良い解決法はなかなか浮かんでこないもの
です。保健室(相談室)に来て、話してみませんか?
だれ 誰かに話をすることが自分の気持ちを整理し、別の

かくど 角度から考えることにつながります。遠慮せず、

こえ 声をかけてくれたらうれしいです。



こころを込めて、こころの手当てをします

〈スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカーともお話しできます〉

本校では、みなさんの悩みを受け止めて解決への手助けをする、スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカーによる相談日を設けています。

生徒のみなさんだけでなく、ご家族の方の相談も受け付けております。ただし、曜日と時間が決まっているので予約が必要です。



詳しく知りたい方は、担任、養護教諭、または堀之内教諭までお気軽にどうぞ。