

ほけんだより ⑥

2024. 6. 4
嬉野高等学校
保健環境部・保健部



受診報告書の
提出をお願い
します

★ご協力のおかげで順調に健康診断が進んでいます。
健康診断の結果、受診を勧められた人は早めに受診し、保健室まで
受診報告書の提出をお願いします！

塩田校舎では全学年、嬉野校舎は2年生・3年生の歯科
健康診断が終わりました！結果はどうでしたか？



嬉野高校の生徒は、口の中の状態がとて
も良い人と悪い人で“二極化”しています。

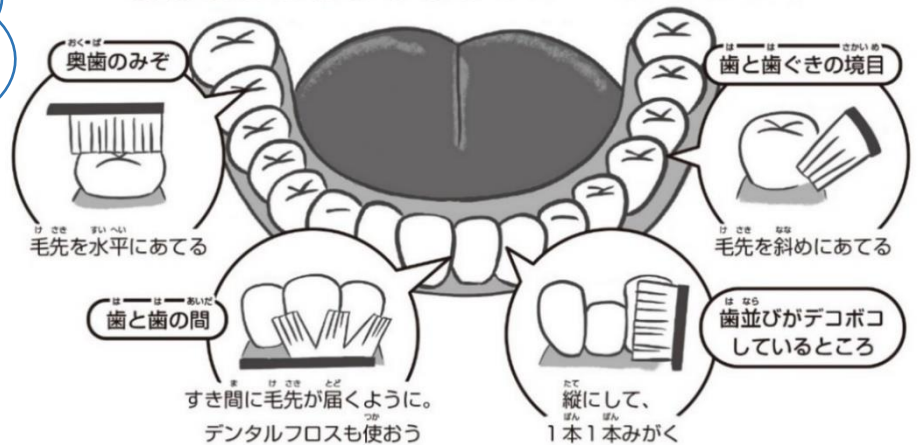
奥歯は特に虫歯が多かったです。指摘され
たところを意識して磨きましょう！

歯ブラシのポイント

- ☑「えんぴつ持ち」
- ☑軽い力でこきざみに動かす
- ☑1ヶ月に1回は歯ブラシの交換



みがき残しやすい場所 とみがき方



スポーツなど力を出したいとき、
虫歯のせいで力が出せないことがあります。
また、髪・爪・肌と違って
歯は一度生え変わると「再生」できません。
あなたの歯を大切にしてくださいね。

💡 どうしても食後に歯磨きができないとき
やってみましょう！



- ・少量ずつ何度もうがい
- ・口の中をきれいに保つ働きのある唾液を出す
ためのマッサージ(耳の下、頬、顎の下を手で揉む)



HPV(ヒトパピローマウイルス)
とは？

- ・HPV は性交渉によってかかるウイルス。
- ・日本で年間約 3000 人の女性が亡くなっている子宮
頸がんや、男性がかかる尖圭コンジローマなどの原因。



ワクチンで感染を予防できます！

- ・小学校6年生から高校1年生の女子が無料で受けられる。
- ・住んでいる市町村から接種票が送付される。
- ・安全に効果を得るため医師と相談して期間を開けて接種する。

スポーツ振興センターの申請は自分で申し出てください

校内または通学途中でけがをした時は「スポーツ振興センター災害共済給付制度」を使うことができます。

申請にお手数をおかけしますが、スポーツ振興センターを利用すると

○初診から 10 年間支給を受けられる

○支給額は医療保険診療の場合の自己負担額分に相当する 3 割に総医療費の 1 割を加えた額になるなど利点もあります。

給付を受けるには・・・

- ① 保健室に申請し、「医療等の状況」の用紙を受け取る
- ② 受診した医療機関で用紙に記入してもらう
- ③ 保健室に用紙を提出する

健康保険が適用される受診で、窓口で 1,500 円
以上(目安)支払った医療が対象です。