

# 静高保健だより

令和8年5月号



## 5月の予定

- 健康診断(眼科検診・検尿)
- 熱中症対策講座
- 印高展示・仮装

新年度が始まって、あっという間に1ヵ月が過ぎようとしています。

4月の上旬には、雨が降って予想気温を下回って肌寒い日があったり、夏のように暑い日があったり…。新しい環境はただでさえ疲れやすいのに、より一層体調管理が難しかったのではないかと思います。

進級・進学後の慌ただしい1ヵ月、本当にお疲れさまでした。



さて、今年度は、定期健康診断のほとんどが4月に予定されていました。

自分自身の健康状態を早期に把握できましたね。せっかく把握した健診結果を、寝かせておくのはもったいない！健康診断を通して知ることができた心配な症状や、注意が必要な状態について、早めの対処を意識しましょう。「受診を勧められたけど、生活に支障はないんだよな…」という人もいるかもしれません。健康診断は、疾病の早期発見と予防のために行います。

生活に支障が出る前に、悪化する前に、早めのメンテナンスを心がけましょう。

# 健康診断後の受診をお願いします

健康診断で受診を勧められた人には、受診をお勧めする通知を発行しています。

ここまで、視力検査、聴力検査、内科検診、耳鼻科検診、歯科検診を終了し、随時お知らせを発行しています。「まだカバンの中だ…」という人は、お早めに保護者の方と受診の相談をお願いします。



令和8年4月17日

HRNO ●●●● 氏名 長谷 町子 さん  
保護者 様

静岡県立静岡高等学校長

## 歯・口の健康診断結果のお知らせ

今年度の歯・口の健康診断結果は下記のとおりでしたので、お知らせいたします。

下表の番号と照らし合わせていただき、1～6の番号がある場合には、お早めに受診を御検討ください。受診後は「受診結果のお知らせ」を主治医様に御記入いただき、保健室へ提出してください。

健康診断結果 1, 4

心電図・貧血検査  
胸部レントゲン撮影検査  
尿検査の結果は  
後日検査を担当した  
業者から発行されます

	疾病異常	説明
1	むし歯（う歯）	むし歯は病気です。一度かかると自然には治ることなく進行します。乳歯のむし歯をそのままにしておくと、後からはえる永久歯に悪い影響を与えます。
2	歯肉炎・歯周炎	歯をとりまいている歯肉（歯ぐき）が炎症を起こす病気で、歯肉が赤く腫れて痛み、出血することもあります。放っておくと歯周炎になり、化膿してうみが出て全身に悪い影響を与えます。
3	歯石の付着	歯垢（プラーク）が付着しています。むし歯や歯肉炎の原因になります。歯科医院での適切な治療や指導を受けて下さい。
		歯並び・かみ合わせに著しい不正が見られる状況です。それにより、そしゃく・摂食・発音等に

## 学校医の先生方からのアドバイス

眼科学校医

津島一晃先生

視力不良というお知らせを受け取った人は、普段困らない生徒も、受験までには眼鏡を用意することを勧めたい。入試の問題訂正は板書が基本！大学の階段教室では板書が見えない可能性がある。



耳鼻科学校医

伊藤靖郎先生

アレルギー性鼻炎で困っている人は受診をすること！また、受験は花粉症の時期に実施することを考えると、1年生から「免疫療法」に取り組むことを勧める。服薬による眠気については、眠気が少ない薬を出してもらったり、点鼻薬を使用したりという解消方法がある。

学校歯科医

中島 還先生

お口の中の健康は、ないがしろにされがちだが、放置することで悪い菌が体に入り、大きな健康問題が起こり得ることに留意してほしい。

令和7年度の検診では、歯石が増加していた。むし歯の治療などの長期間の通院が困難であっても、歯石の除去のために単発でも良いのでまずは受診をしてほしい。

親知らずは位置によっては、疲れたときなどに痛みが出ることがある。

痛みが出る＝腫れているときには抜歯ができず、痛み止めを用いることになる。痛み止めで経過を見て、痛みが引くと「まあ、いいか」と放置してしまう。受験期に痛みが出ては大変

なので、2年生までに親知らずの処置しておくことをお勧めしたい。親知らずの痛みがストレスになりかねない。

