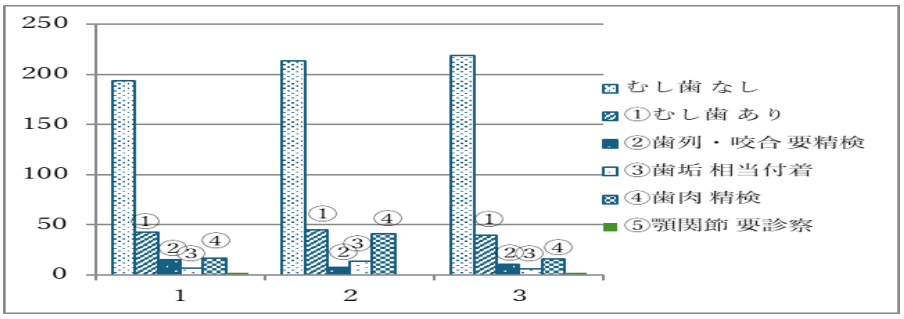
保健だより　11月

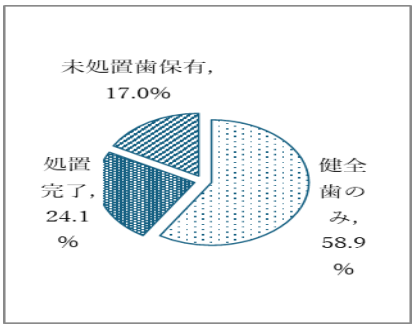
令和８年度　　第８号
2026. 11. 6（金）　利府高校保健室



５月に実施した歯科検診では、むし歯「なし」は 83.0%（前年度並み）でしたが、何らかの歯周疾患を持っている人がおりました。（下記グラフ参照）。
むし歯は自然には治りません。また、現在むし歯がなくても毎日の歯みがきをきちんとしていないと、歯周病になります。歯周病は、ひどくなると歯ぐきの骨が溶け出し、歯を失うことになったり、動脈疾患などの全身の様々な病気の原因ともなる、恐ろしい病気です。早めに治療をお願いします。

令和８年度　歯科検診結果





歯科検診（５月）の結果、受診の必要な生徒（むし歯・歯周疾患）は２５３名：33.5%（R7:31.5%）でした。
該当する生徒にはすでに通知をしております。夏休みや放課後等を利用して歯科医を受診した生徒も何人か見られましたが、まだ報告していない生徒が多いので１１月中に再通知（みずいろ用紙）をします。
受診が終わった人は早めに結果を報告してください。（医療費助成制度の利用が可能です。）
★スポーツ選手にとっては、「歯の健康」が大切になります。食事や定期健診等で自己管理していくことは大事になります。「医療費助成制度」等を活用し、早めに受診することをお勧めします。

受診報告者数（割合）〔１０月時点〕　全体として…５７/２５３人（22.5%）〔R7:16.7%〕
１年；１８/８３人（21.7%）　２年；２５/８８人（28.4%）　３年；１５/８２人（18.3%）

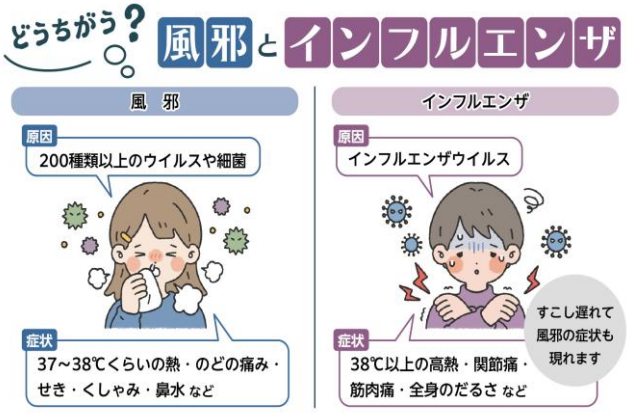
★学校でケガをして病院に行ったら…～災害共済給付申請方法が変わります～

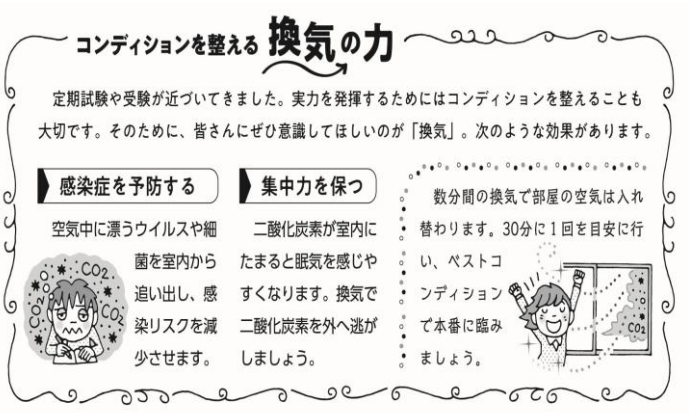
みなさんは、入学時にスポーツ振興センターの災害共済給付制度に加入しているため、授業や部活動、登下校の時に起きたケガなどで病院へ行った場合は給付金の申請ができますので、保健室に用紙を取りに来て下さい。

注意）＊災害共済給付の申請にあたり、１２月から申請方法が変わります。
１１月１６日（月）まで保健室に提出して頂いた（新規・継続含む）書類に関しては、学校で手続きを致しますが、それ以降については保護者の方が直接申請することが可能となります。詳細について後日お知らせしますが、手続きをする場合は事前に保健室に連絡をお願いします。

感染症予防

＊風邪やインフルエンザ・コロナウイルス感染症が多くなってきましたので注意しましょう！



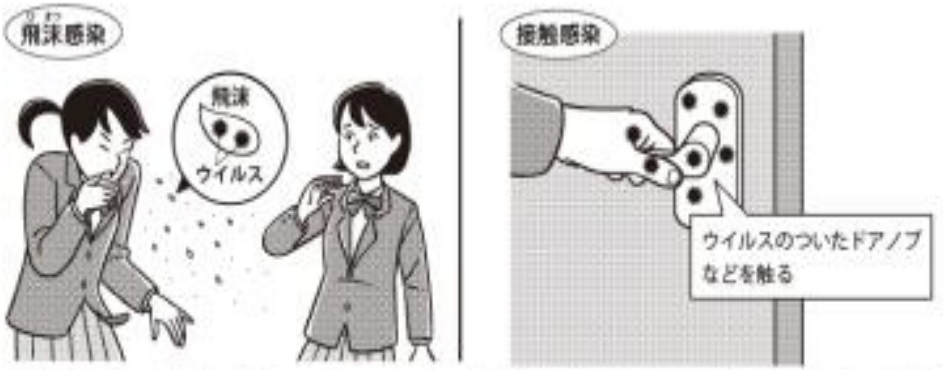


流行が警戒されるインフルエンザを防ぐために

指導／広島大学大学院 医系科学研究科 ウイルス学 教授　坂口 剛正 先生

インフルエンザウイルスは、感染者のせきやくしゃみなどに含まれ、それが人の体内に侵入することで、感染します。インフルエンザの感染を防ぐためには、手洗いやうがい、人混みでのマスク着用などで、ウイルスを体内に入れないようにすることが重要です。また、流行前にワクチンを接種することで、重症化を防ぐこともできます。

インフルエンザウイルスの感染経路



せきやくしゃみなどで出る飛沫から感染する飛沫感染と、ウイルスがついた手で目・鼻・口などをこすったために感染する接触感染があります。

発症や重症化を防ぐワクチン接種



1、ワクチンを接種する　2、体内に抗体ができる　3、感染時に抗体がウイルスの増殖を抑える

ワクチンを接種すると、ウイルスに対する抗体ができ、次にウイルスが入ったときの増殖を防ぎます。感染自体を抑える働きは弱いのですが、発症の可能性を低くし、重症化を予防します。

インフルエンザウイルスの感染予防対策



外出後や食事前など、こまめに手洗い・うがいをし、ウイルスがついた手指からの接触感染を防ぎます。



マスクを着用して飛沫感染を防ぎます。人が密集・密接した環境では、換気が十分にできていない可能性があります。



加湿器を使用し、喉の粘膜を保護してウイルスの体内への侵入を防ぎます。



食事や睡眠などの生活習慣を整えて、体力をつけ、免疫の働きを保ちます。

インフルエンザの出席停止期間

原則…発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで出席停止です。

例	発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目
発症後2日目に解熱した場合	発症／発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	※発症後5日を経過していないため登校不可	登校可能	
出席停止期間	→	→	→	→	→	→		
発症後4日目に解熱した場合	発症／発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能
出席停止期間	→	→	→	→	→	→	→	