

令和3年度保健委員会

<テーマ>

歯磨き100%

治療100%スマホを置いて元気100倍!

～明日へとつながる、
今ここから～

今・ここ通信



～collect myself (自分自身を整える)～「今」に気持ちを集中して生きる。「今」この瞬間の連続が「未来」へと続く。心身を整えて

内科検診を実施します (お家の人にも確認してもらって下さい)

6月から延期になっていた内科検診を、下記日程で行います。内科検診では、心臓の音や呼吸音を聞いたり、皮膚の状態、首にしこりがないかなど全身の状態を診てもらいます。正確な診察をおこなうため脱衣が必要になることを、皆さん、理解してくださいね。みんなの健康状態を確認し、検査後は必要な事後措置(受診や治療、保健指導等)を行っていきます。

2年生 9月29日(水) 5・6校時(授業並行)

3年生 30日(木) //

1年生 10月1日(金) //

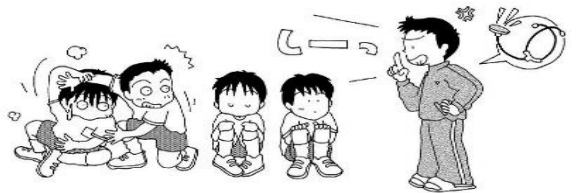


<内科検診で診ること>

皮膚の状態、栄養状態、目(目の状態、貧血の有無)、首(甲状腺に腫れやしこりがないか)心音・呼吸音(胸と、背中に聴診器を当てて聞きます)背骨、運動器等(からだに動きの悪いところがないか)全身の状態を診ます。

<留意点>

- マスクをしたまま診察する(口腔内検査はしない)
- 体育着登校。ジャージを忘れずに持参すること。
- 間隔をあけ、静かに並び、待機すること。



生理の貧困とは……男子も理解を深めよう

最近よく耳にする「生理の貧困」というフレーズ。

経済的な理由や、家の事情により生理用品の購入に困っている女性がいることが分かってきました。今回、婦人連合会から生理用品の寄付がありました。急に始まって困った時など、遠慮なく保健室にもらいにきてくださいね。

男子も、女子の「性」について勉強する機会があったと思いますが、生涯で生理にかかる費用は約40万円もかかることや、「わずらわしさや不快な状態」があることなど女子の「性」についてもぜひ「理解」してください。

生涯で生理にかかる費用

約40万円

1日あたり

約100～140円

1か月あたり

約500～1200円

一般的な例

- ・生理期間5日間
- ・生理用品はナプキンを使用
- ・1～3日目は鎮痛剤を使用



※2～3時間ごとにナプキンを交換した場合(スマルナ調べ)

