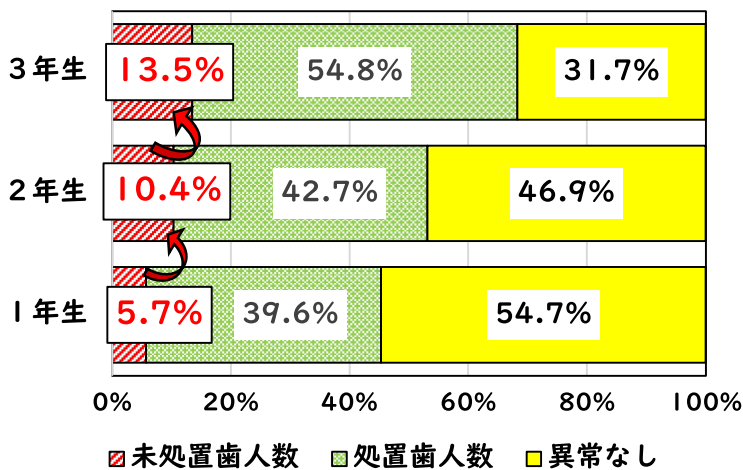


梅雨が明け、気温 30℃以上の真夏日が続いています。日差しが強く、暑さによる疲労を感じている人も多いのではないのでしょうか。気温と湿度が高い日は、特に熱中症に注意が必要です。天気や暑さ指数などの情報を収集・確認して、声をかけ合い熱中症を予防しましょう。

歯科検診の結果を確認しよう

むし歯がある生徒の割合 (R7)



むし歯がある生徒の割合は学年が上がるごとに多くなっている

むし歯があった生徒

特に奥歯を磨けていない人が多い結果でした。むし歯は、痛みや口臭の原因になるほか、放置すると歯を失う原因になります。自然に治すことは難しいため、歯科医を受診して治療してもらいましょう。

歯垢があった生徒

歯垢はブラッシングで落とせます。歯と歯の間や歯と歯茎の間を意識して磨きましょう

歯肉に異常があった生徒

歯と歯茎の間に歯垢がたまって、歯肉に炎症が起きている状態です。継続的な歯磨きによって改善することができます。

歯垢・歯肉に異常があった生徒 (R7)

歯垢の状態

91人

全校の
12.3%

歯肉の状態

106人

14.4%

硬いけど、酸には弱い歯

歯(エナメル質)は人体で最も硬い組織の一つです。物の硬さを10段階に分けた「モース硬度」という指標では7に当たり、鉄の4~5と比較すると、いかに歯が硬いかが分かります。しかし、エナメル質は酸性に弱く、溶けやすい弱点があります。飲食後は口腔内の細菌の働きで酸が生成されるため、口をすすぐことや、歯みがきが有効です。

熱中症の応急処置

(厚生労働省より)

チェック1

熱中症を疑う症状がありますか？

(めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・意識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温)

はい

チェック2

呼びかけに応えますか？

はい

涼しい場所へ避難し、
服をゆるめ体を冷やす

チェック3

水分を自力で摂取できますか？

はい

経口補水液などを補給する

※ 経口補水液を一時に大量に飲むと、
ナトリウムの過剰摂取になる可能性も
あります。腎臓、心臓等の疾患の治療中で、
医師に水分の摂取について指示されている
場合は、指示に従ってください。



チェック4

症状がよくなりましたか？

はい

そのまま安静にして十分に
休息をとり、回復したら
帰宅しましょう

いいえ

救急車を呼ぶ

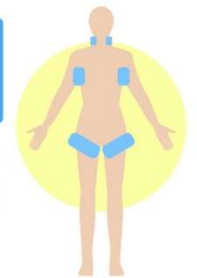
救急車が到着するまでの間に応
急処置を始めましょう。呼びか
けへの反応が悪い場合は無理に
水を飲ませてはいけません



いいえ

涼しい場所へ避難し、
服をゆるめ体を冷やす

氷のう等があれば、首、わきの
下、太もものつけ根を集中的に
冷やしましょう※



医療機関へ

本人が倒れたときの状況を知っ
ている人が付き添って、発症時
の状態を伝えましょう



※スポーツや激しい作業・労働等によって起きる労作性熱中症
の場合は、全身を冷たい水に浸す等の冷却法も有効です。

対応のポイント 涼しい場所で衣服をゆるめる・水分・塩分の補給・体を冷やす

☆自分で水分が摂れない・回復しないとき

病院へ

☆意識がない・返事がおかしいとき

救急車を呼ぶ

【保護者の皆様へ】

- 健康診断の結果、受診が必要な際は早めの受診をお願いいたします。
- 怪我の医療費請求の書類は、お早めの提出をお願いいたします。