



池島魂



教育目標 「愛顔でより良い未来に向かって努力する子供の育成」 文責：校長

自分の健康は自分で守る 「スクリーニング」は大切です



池島小中学校では、4月の内科検診、5月の眼科検診に引き続き、5月25日（木）に歯科検診を実施しました。6月には尿検査が予定されています。これら各種の検診は、スクリーニングといって、病気の疑いがあるのかを検査していただき、症状が出てこないうちに、重くならないうちに早めに病院受診をするための検査になります。また、学校医の先生方は、日頃、私たちが気がつかないことを指摘してくださり、どのように生活をし、行動しなくてはならないのかアドバイスしてくださいませ。たいへんありがたいことです。

さて、前号でお知らせいたしました。先日、小中合同で保健教育「むし虫歯があつたらすぐ治そう」の授業があり、その中で教頭先生によるむし虫歯の治療のリアルな体験談がありました。実は、私も3年前の2学期の始めの週末、とんでもなく右上奥歯が痛み出したことがありました。それにひどい頭痛も加わって、その日は全く眠れず、「これはまずい！」と思って次の日、休日診療医を探してみましたが、見つからず、自宅の薬箱の薬（頭痛&歯痛に効くという）を飲んで様子を見ることにしました。するとなんとか治まっていき、休日中はその薬の連発でなんとかしのぐことができました。

休日明け、学校近くの歯科校医さんのデンタルクリニックで診てもらおうと思いましたが、さほど痛みもなく調子を取り戻したようでしたのでそのままにしておきました。ところが・・・、体育大会の前々日、総練習の日の午後、まためちやくちや痛み出したのです。予約も入れてなかったのですが、午後6時すぎに歯科校医の先生のところへ行ってみたところ、診療が終了後に特別に診察していただけることになり、痛みがなくなる程度までの治療をしていただきました。歯科校医さんの「神対応」に本当に助かりましたが、帰りに「もっとはよ（早く）こんば！危なかったぞ！定期健診もしよらんやったやろうが！！」とひどくお叱りを受けました。

前置きが長くなりましたが、スクリーニング（病院で診療を受ける前の検査、各医療機関につなげる検査）は、たいへん大切・・・、ということを身にしみて感じましたし、定期的に検査をしておくべきだと大いに反省をしました。

最終的には、自分の健康は自分で守らなくてははいけません。「早寝・早起き・朝ごはん」をはじめ、歯磨きや手洗い消毒など

「日ごろから自分で注意できることは、しっかりと実行していく」、
「自分でなかなか検知できないところは、スクリーニングを有効活用していく」、
それらを実行していくことこそ「自分で自分の健康を守ること」、
つまり「将来のために自立していくこと」になります。

ご指導と日頃の子どもたちへの励まし等を引き続きお願いいたします。

ちなみに、「神対応」の歯科校医さんは、私の大学時代の剣道部の先輩なのです。（私が1年生の時の5年生・・・、まさに「神様」でした）

急な診療の願いにも快く対応してくださるばかりでなく、私の至らなさを一喝してくださいました。たいへんありがたいことでした。

下の図は、前号で紹介した（小中）保健教育で使用したものです。○の中は子供たちが授業の中で考え、発表してくれたものです。しっかりと実践していきましょう！



