



令和7年 9月12日
国立市立国立第三中学校
保健室

いよいよ合唱コンクール



9月だと言うのに、暑い日が続いています。夏休み明け、生活リズムを戻すのに大変だった人もいます。今週一週間は、疲れが出て、とても長く感じた人もいたのではないのでしょうか？

さて、来週末、合唱コンクール本番です。あと一息、クラスのみんなで心を一つにして、歌声を響かせてほしいと思います。近隣の学校で、感染症が広がっています。換気の徹底、体調が心配な時は、マスクの着用、手洗いもしっかりして、感染対策にも気を付けていることと思いますが、この一週間も気を抜かず、対策を続けてください。みなさんの、素晴らしい歌声を楽しみにしています。



健康診断の結果をまとめました

健康診断の結果をまとめたら、ちょっと心配な傾向が出てきました。

耳疾患の割合(全国比)

学年	男子		女子	
	三中	全国	三中	全国
1	26.92	6.6	12.77	5.9
2	21.13	7.8	9.43	4.7
3	4.88	6.3	4.17	3.8

耳あかが残っている人が
全国平均の2~4倍も！
耳そうじ、できています
か？大事な話を聞き逃し
ているかもしれません。



う歯保有者の割合(全国比)

学年	男子		女子	
	三中	全国	三中	全国
1	16.00	8.1	13.04	8.2
2	13.24	8.3	16.00	8.3
3	5.00	10.0	20.00	10.1

歯肉の状態

学年	男子		女子	
	三中	全国	三中	全国
1	14.00	5.4	6.50	4.0
2	16.18	4.4	6.00	3.6
3	17.50	4.9	20.00	3.3

歯垢の状態

学年	男子		女子	
	三中	全国	三中	全国
1	22.00	4.4	4.35	3.2
2	16.18	4.1	14.00	3.3
3	12.50	4.8	24.44	3.7

むし歯が多い、歯ぐきの状態も良くない、
歯みがきもきちんとしていない人たちが
とても多いです。

大人の歯は、失ったら元には戻りません。
将来のためにがんばるって難しいですが、
今から定期的に歯医者に通う習慣をつけて
おくと良いですよ。



自分の身体のメンテナンス、できていますか？

