

3月 保健だより

H25.3.1

我孫子中 保健室

今年は1月にインフルエンザが流行し、一段落したと思ったら、2月の後半にまたインフルエンザで一日10名程度がお休みしました。3月に入り、そろそろ終息の気配です。寒い日が続きましたが、ようやく春ですね。

3年生のみなさんはいよいよそれぞれの新しい道へ踏み出す時ですね。健康に気をつけて、自分のペースで一歩ずつ前進して行ってほしいと思います。卒業おめでとう！



一年間を通して、健康的な生活ができましたか？

大人になってからもずっと健康で過ごせるためには、体によい生活習慣の確立と、その積み重ねが大切。ケガや病気になってから治療をするよりも、ケガや病気をしないように普段の生活の中で心がけることが重要です。一年間、健康に気をつけて生活できましたか？

規則正しい生活リズムで過ごせた



栄養を考えたバランスの良い食事ができた



適度な運動で体力の維持を心がけた



ケガや病気の予防を実行できた



～1年生のみなさんへ～

『麻しん(はしか)の予防接種』はお済みですか？

市内在住の中学1年生には我孫子市健康づくり支援課より、『第3期麻しん風しん(MR)予防接種予診票』が送付され、すでに受けている人も多いことと思います。3月末までは無料で受けることができますので、まだの人は今月中に接種を受けましょう。

ご不明な点がありましたら我孫子市健康づくり支援課(保健センター)にお問い合わせください。

保健委員会から

3月は、衛生面に気を使って、活動していきたいと思います。保健委員会から、手洗い・うがいの呼びかけ、ハンカチを持ってこるよう呼びかけなどを中心に行っていきたいと思っています。また、換気と換気点検も、保健委員で協力して、引き続き行っていきたいと思っています。1年間、保健委員会にご協力いただき、ありがとうございました。





保健室の1年をふりかえってみました



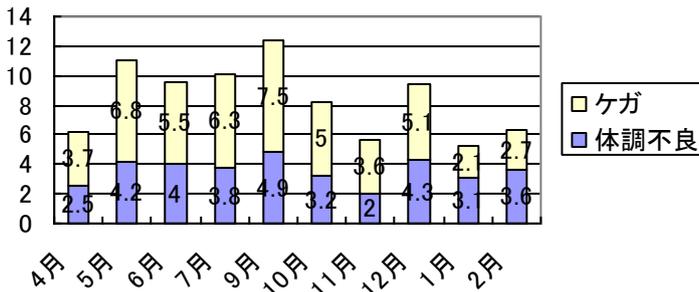
*2/22現在

☆体調不良で保健室に来た人は… **635人**

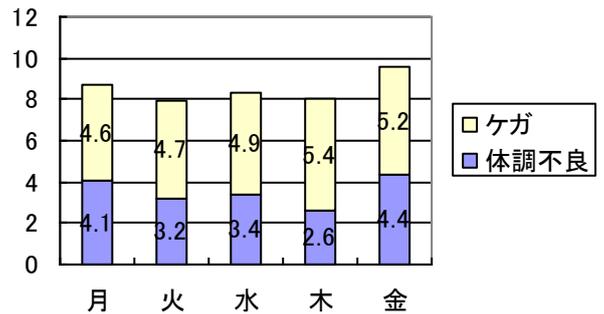
ケガで保健室に来た人は… **888人**

*学校から病院へ
行ったのは… **70人**

月ごと平均一日来室者数(人)



曜日ごと平均1日来室者数(人)



☆今年度の健康診断の結果、受診のお勧めをした人は…

視力検査: **367人**

歯科検診: **433人**



そのうち病院へ行ったのは **164人**
(44.7%)

156人
(36.0%)

3年生は、子ども医療費
助成受給券を使っての治
療(通院1回200円)
を受けることができるの
は3月末までです。今が
最後のチャンスです!

☆出席停止になった人は… **148人**

インフルエンザ	99人	感染性胃腸炎	31人	溶連菌感染症	6人
マイコプラズマ感染症	6人	おたふく	3人	流行性角結膜炎・手足口病・帯状疱疹各1人	



☆日本スポーツ振興センターへの給付金申請を行ったのは… **141件**

頭部打撲	6件	顔面のケガ(眼・鼻・歯を含む)	19件
骨折	25件	捻挫・突き指・靭帯損傷	43件
切り傷・擦り傷	12件	その他(打撲・肉離れなど)	36件



学校の管理下でケガをして、病院や接骨院で受診された際、保険証を使用して窓口で支払った金額が 1500円 を超えると、日本スポーツ振興センターへ医療費給付の申請を行うことができます。申請を希望する場合は、学校で手続きを行いますので、学級担任または、部活動顧問までお知らせください。