



令和6年度
11月号
横芝中学校 保健室

11月7日は「立冬」です。木枯らしが吹いて木々の葉を落とし、冬の足音が聞こえ始めます。冬支度を始める時期が近づいてきました。寒くなってくると特に水を使う手洗いや歯みがきなどは、早く終わらせようという加減になってしまいがちですが、そういう時こそ意識して丁寧にやりましょう。冬服や暖房器具を準備するだけではなく、健康への意識も冬支度に切り替えていきましょう。



思春期講演会

11月15日（金）13：30から、2学年を対象に「思春期講演会」が行われます。講師として、東千葉メディカルセンターより助産師 假屋崎文先生と瓜田ひな先生がいらっしゃいます。助産師の仕事や、命の大切さや心と身体についてご講演していただきます。保護者の参観も可能です、ご参加お待ちしております。



感染症に注意！

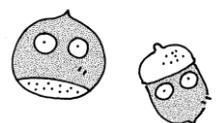
全国的に感染症が増えてきました。本校ではインフルエンザや新型コロナウイルス感染症などは発生していませんが、マイコプラズマ肺炎や溶連菌感染症が発生しています。これから気温や湿度も下がり、感染症や風邪が今以上に流行することが予想されます。手洗いや手指消毒、人の多いところに行くときはマスクをつける、換気をこまめに行うなど、感染症対策を今後もしっかりと行っていきましょう。

治癒証明書について

- ※**インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症**・・・横芝中学校のホームページから用紙をダウンロード・もしくは学校に取りに来ていただき、保護者の方が記入して学校に提出。
- ※**その他の感染症（感染性胃腸炎・溶連菌感染症など）**・・・学校で書類を作成しますので、学校に取りに来てください。

Q インフルエンザや新型コロナウイルス感染症の検査は、
どのタイミングで実施したほうがいいの？

A 発症してから12時間後～48時間以内が理想といわれています。検査のタイミングが速すぎると、陽性がでない可能性があります。少し時間をおいてから、受診をおすすめします。



11月8日は「いい歯の日」

11月8日は、語呂合わせで「い(1)い(1)歯(8)」の日です。

歯は食べる以外にも、発音を助ける、表情を作る、体の姿勢やバランスを保つ、物を噛むことで脳に刺激を与えるなど、全身の健康に大きく関わっています。

歯がなくなる2大原因は歯周病・むし歯です。どちらも初期段階では自覚症状がありません。毎日の歯みがき以外にも、歯医者で定期検診を受けましょう。また、1学期に実施した歯科検診で、「検査・受診をおすすめします」の欄に〇がついていた人でまだ受診していない人は、早めに受診しましょう。

🌟 保健委員会では、毎週火曜日に歯みがきチェックを実施しています 🌟



各学年みんなよくみがいています！



保健委員が歯みがきをしている人数を確認して、掲示しています。

提出物、忘れていた物はありませんか？

スポーツ振興センター

学校の管理下で怪我をして受診した場合は、「日本スポーツ振興センター災害給付制度」が利用できます。(初診から治療までの医療費総額が5000円以上、3割負担で1500円以上が給付対象になります)医療費の請求期限が、負傷月の翌月11日から起算して2年以内になります。また、中学校の怪我は、中学校で申請する必要があります。書類がまだご家庭にある場合は、今年度中に保健室まで提出をお願いします。

健診結果のお知らせ



1学期の健康診断で、病気・異常の疑いが見つかった際には「結果のお知らせ」を配付しています。できるだけ早めに受診し、経過・結果をお知らせください。なお、受診しても「異常なし」となることがあります。これは学校での健康診断が病気・異常の疑いがあるものを選び出すためです。ご理解・ご協力をお願いします。