



# 保健だより

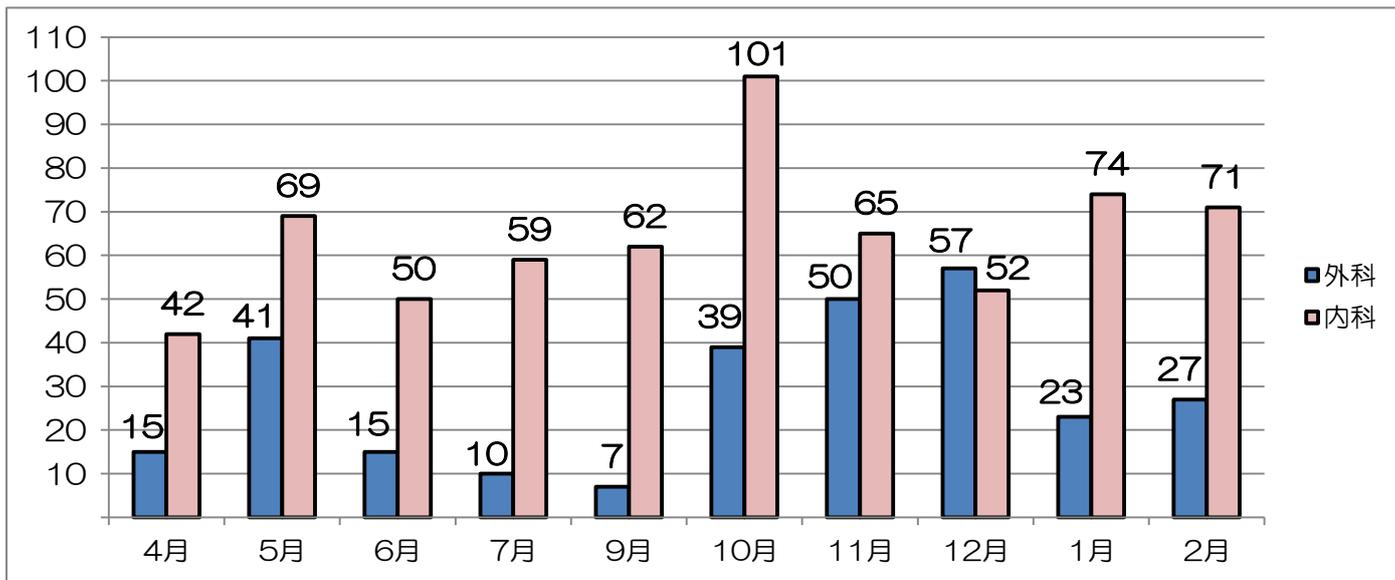
平成31年3月18日（月） 練馬区立石神井南中学校 保健室 NO. 13

いよいよ卒業式が目前となりました。暖くなり、春の訪れを感じられるようになってきました。3月は、季節の変わり目だけではなく、進級・進学の日でもあります。3年生は、高校に向けて、1・2年生は、新しい学年に向けて、準備はできていますか。1年のしめくくりをよいものにできるように、心も身体も元気に過ごしましょう。



## 1年間の保健室来室状況

平成30年4月から平成31年2月28日までに保健室に来室した生徒数を月別に表したグラフです。今年度は、929名の来室がありました。10月の来室者が最も多く、内科的症状による来室が多くありました。睡眠不足で体調不良を訴える生徒が多くいました。生活習慣を見直し、元気に登校しましょう。



ケガで利用した人

**284人**

病気で利用した人

**645人**

1年間合計人数

**929人**

来室理由 TOP3<外科>

1. すり傷
2. 打撲
3. ねんざ・突き指



来室理由 TOP3<内科>

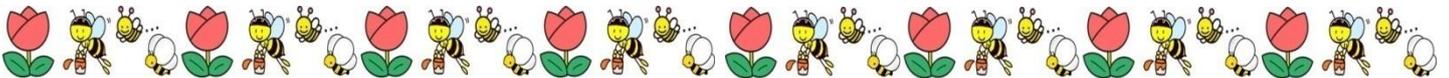
1. 腹痛
2. 頭痛
3. 気持ち悪い

# 1年間の健康をふりかえろう

年度末になり、1年間の振り返りことも多いと思います。自分自身の健康についても振り返ってみてください。健康管理はきちんとできていましたか？生活習慣は乱れていませんか？新年度も健康で元気に学校生活を送れるようにしていきましょう。

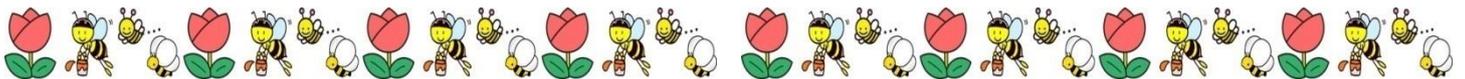


◆春休みは、治療のチャンスです。視力が落ちて、黒板が見えにくい。使っているメガネ、コンタクトレンズがあっていないということはありませんか？ 4月の健診でむし歯や歯肉炎のあったひとは、治療が済んでいますか？ 新年度が始まる前に病院を受診し、治療を済ませておきましょう。



# 災害共済給付金について

災害共済給付金についてお知らせします。4月から災害共済給付事務が変更となりました。今までは学校でのけがにおいて、申請をしていただいた給付金を、手渡しか振込かを選んでいただいていた。4月からは、教材費や給食費等の払込で利用しているゆうちょ口座に振込となります。その際振込手数料が発生しますが、振込手数料は、保護者様負担となります。ご不明点等ありましたら、保健室までご連絡いただけたらと思います。よろしくお願いいたします。



保健室から・・・

3年生のみなさんご卒業おめでとうございます。

うれしいこと、楽しいこと、つらいこと、悲しいこと、たくさんのことを乗り越える中で心も身体も成長してきたと思います。この3年間で学んだことを次へのステップにし、どんどん新しいことに挑戦していきましょう。どんな時も自分らしさを大切に、健康に気をつけて、成長して欲しいと願っています。