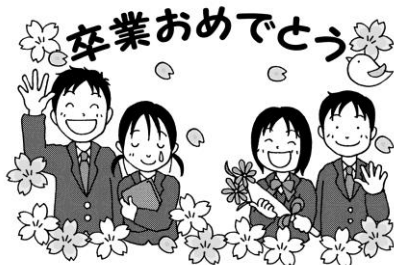


# 保健だより

令和6年3月14日  
京丹後市立  
久美浜中学校  
保健室

早いもので3年生はいよいよ卒業、1、2年生ももうじき次の学年へと進むこととなります。残り少なくなった“今このとき”を大切に過ごしてくださいね。

注) 京丹後市内の久美浜町以外ではインフル B が流行っており、いつ入ってくるかと心配しています。本校では現在、胃腸かぜの症状の人と、のど・咳の症状の人がみられます。



## 《3年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます》

4月からは、それぞれ新しい生活のスタートとなります。新しい環境の中でも、あなたの力を十分に発揮していくためには、やはり「元気」であること、「健康」であることが何よりも大切です。

これからもますます輝いていけるよう、自分の『からだ』と『心』の「健康」に十分気をつけていきましょう。

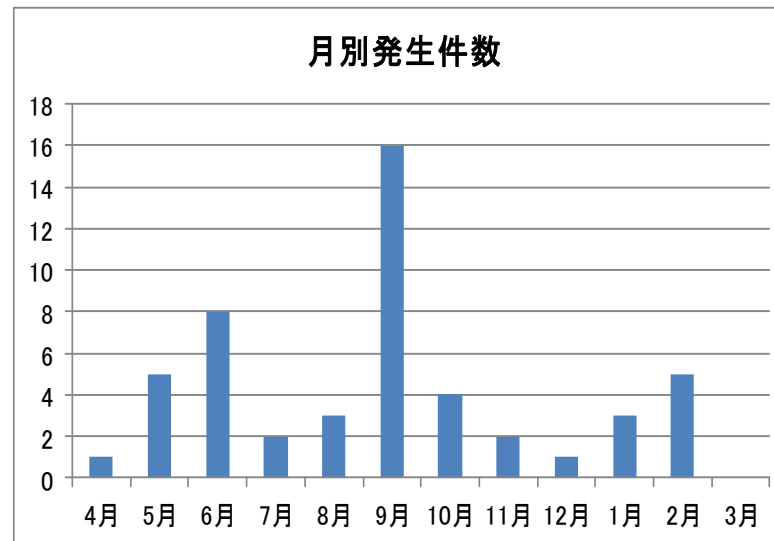


保健室前にカラー版が貼ってあります。(答えも)

## 7つのまちがいさがし



## この1年間に病院受診した 学校管理下でのけがの数・・・50件 (3/13 現在) 〈昨年度 47件〉



### 学年別

1年… 8件  
2年… 20件  
3年… 22件

### いつ

- ・部活動 … 15件
- ・体育の授業 … 14件
- ・体育行事 … 9件 (体育祭練習含む)
- ・丹プロ … 4件 (練習含む)
- ・休憩時間 … 3件
- ・その他 … 5件

### けがの部位

- ・足首 … 21件
- ・手の指 … 9件
- ・膝 … 5件
- ・その他 (頭部、肘、腕、臀部、下腿部など)

### どんなけが

- ・捻挫 … 14件
- ・靭帯損傷… 10件
- ・骨折 … 7件
- ・打撲 … 7件
- ・その他 (筋腱炎、肉離れ、挫傷、関節炎など)

・昨年度よりさらに、けが受診の件数が増えました。  
・特に9月は非常に多かったです。(体育祭練習や部活動、体育でのけが)  
・部活動中のけがは昨年度(27件)より大幅に減っています。  
・けがの大半が、足首の捻挫・靭帯損傷と、突き指による捻挫・骨折でした。

<3年生の保護者の方へ>

### 『健康の記録』を今日配付しました。

中学校3年間の体の成長と健康の記録が残されていますので、ご家庭で大切に保管してください。(卒業時のみ厚紙に印刷してあります。)

※受診の必要な人は、高校入学までに受診しておきましょう。