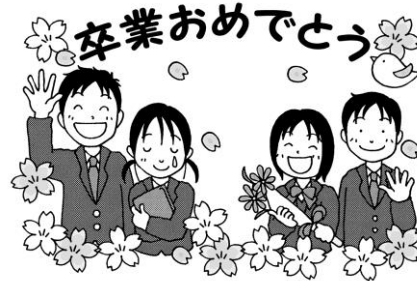


保健だより

令和5年3月10日
京丹後市立
久美浜中学校
保 健 室

新型コロナもインフルエンザも少し落ち着いてきたようです。今は花粉症で苦しんでいる人がたくさんみられますね。

さて、早いもので3年生はいよいよ卒業、1、2年生もうじき次の学年へと進むことになります。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。



《3年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます》

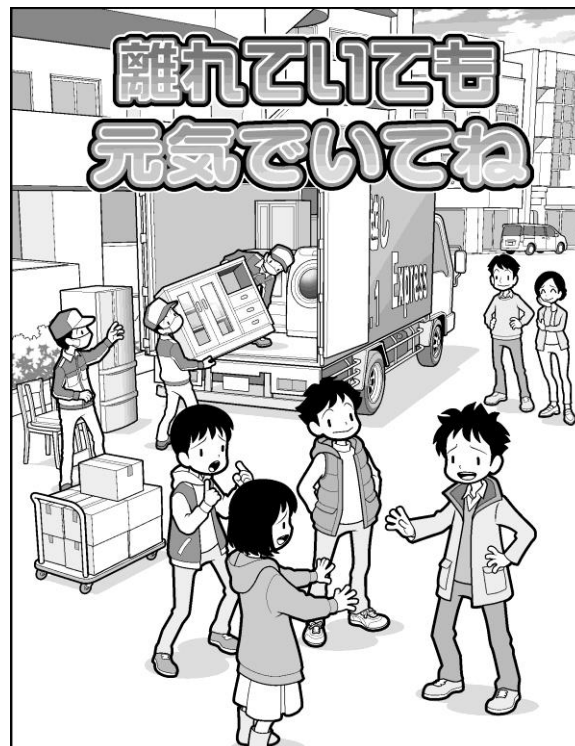
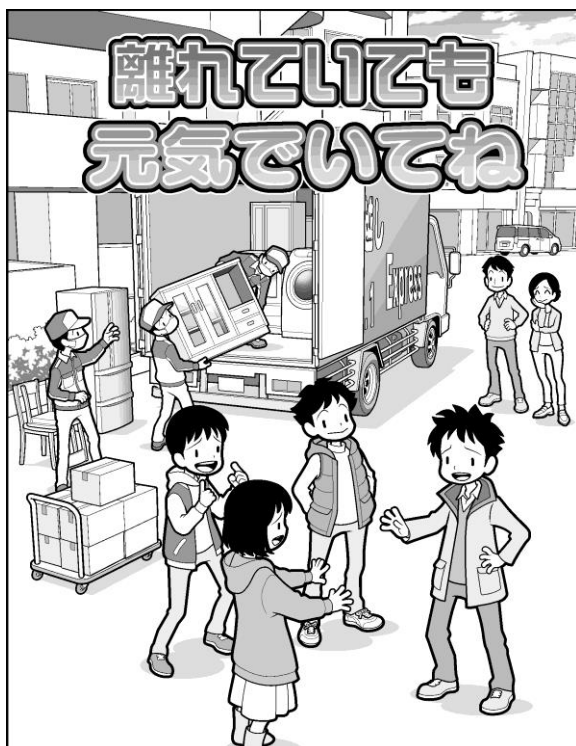
4月からは、それぞれ新しい生活のスタートとなります。新しい環境の中でも、あなたの力を十分に発揮していくためには、やはり「元気」であること、「健康」であることが何よりも大切です。

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。

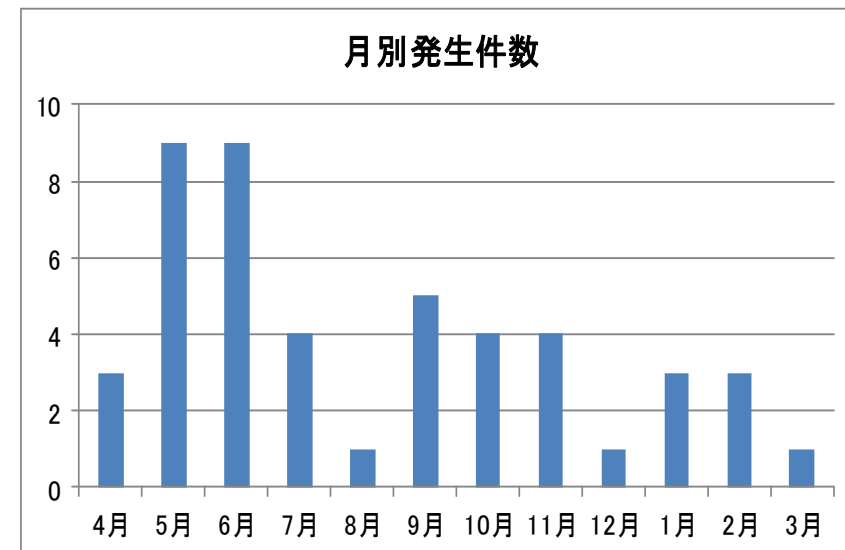


保健室前にカラー版が貼ってあります。
(答えも)

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・・・47件 (3/9 現在)



学年別

1年… 9件
2年…28件
3年…10件

いつ

- ・部活動 …27件
- ・体育の授業 …11件
- ・丹プロ練習 …5件
- ・体育祭練習 …3件
- ・その他 …1件

けがの部位

- ・足首 …14件
- ・手の指 …10件
- ・大腿部 …4件
- ・手首 …3件
- ・膝 …3件
- ・その他
(歯、肘、腕、肩、胸部、
背中、腰、臀部、下腿部)

どんなけが

- ・捻挫 …13件
- ・打撲 …7件
- ・靭帯損傷…6件
- ・関節炎 …4件
- ・骨折 …3件
- ・その他
(筋腱炎、肉離れ、
挫傷、歯の破折、
はちさされ等)

- ・昨年度と比べて、けが受診の件数が増えました。
(特に、5、6月に部活動中のけがが多く発生しています。)
- ・体育祭練習でのけがは昨年度より減っています。

<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。