

今月の保健目標

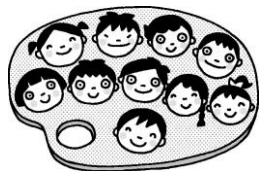
「心を元気にしよう」

明るく楽しい学校生活を送るためにできること

くよくよ・イライラ

そわそわ・ビクビク

の原因になっていることを解決して、ニコニコ
笑顔で今の学年を締めくくりましょう。



長三中のみんなが
笑顔でいられるよう
に、やさしい言葉で
話をしましょう。



令和7年3月11日 長岡京市立長岡第三中学校 保健室

「立つ鳥あとをにごさず」

卒業や進級で立ち去る前に、もう一度身のまわりや自分の
気持ちを振り返ってみましょう。

◆借りたまま、返しそびれているものはありますか？

◆人間関係で気になっていることは解決しましたか？

今年度も残りわずか。最後の日まで健康で、気持ちよく、
その日その日を大切に過ごしてください。

心をそだてる

うまくいかないことや苦手なことは、誰でも避けたい
ものです。でも好き嫌いだけで判断して逃げてばかり
では、大きな心を育てることができません。失敗や
思うようにいかないこともきっとあるでしょう。

やってみようという気持ち、できたときのうれしさや
うまくいかなかったときのくやしさが心を育てる糧に
なるのです。

たくさん迷い、悩み、苦し
い思いをして、それでもがん
ばり抜いたとき、あなたの心
は成長し、今より少し強くな
っているのですよ。



右のグラフは【学校でのケガで病院へ受診した件数】です。

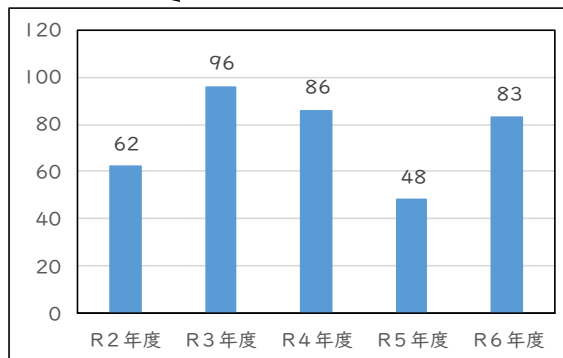
過去5年のデータ

ケガの状況

R2年度はコロナウイルスのため、4～5月が休校で様々な活動に
制限がありました。昨年度は5月にコロナウイルスが5類になり、
学校生活でも制限が大幅に緩和されたのですが、感染症が大流行
し学級閉鎖や部活動停止の期間があったため、ケガの件数が減って
いました。今年度は80件を超えていますが、例年並みで特にケガの
多い年というわけではありませんでした。

内訳 1年:34件・2年:32件・3年17件 (3/7現在)

部活動のケガは53件、体育の授業中は17件でした。
体育はバスケットボールでのケガが一番多かったです。



インフルエンザ 52件
コロナウイルス 25件

3/7現在

今年度の感染症罹患件数です。昨年度（イン
フルエンザ 249件・コロナウイルス 126件）と比
較するとずいぶん減っており、少なからず抗体が
できているのかもしれない。

*う歯（むし歯）につきましては、『う歯は自然治癒し
ない』『乳歯のう歯は次に生えかわる永久歯に悪
影響を及ぼす』との観点から、確実な治療が必要
です。次年度にう歯を持ち越さな
いよう早めの治療と、定期的
に歯科医院で歯と歯茎の状態を

チェックしてもらう
ことをお勧めします。



おうちの方へ

* 学校管理下でのケガの場合、スポーツ振興センター（保険）の手続きをします

未提出の「医療等の状況」（病院で記入してもらう用紙）がありましたら、学校へ提出してください。

3年生は、卒業する3月受診分までは中学校で手続きをします。4月以降は進学先の学校で引き続き
申請できますが、3月までの手続きができていないと4月以降の医療費給付を受けることは
できませんのでご注意ください。 **事故発生日から2年以内に申請しないと時効になります。**

