

ほけんしつから・・・

2023.3.24 長後中学校 保健室



あなたのこころ・からだはどんな一年でしたか？



今年度は、新型コロナの感染対策に加え、さらに冬のインフルエンザの流行も気にしなくてはなりませんでした。小学校では、インフルエンザによる学級閉鎖が続いていたようで、みなさんの中でも、影響を受けたおうちがあったことでしょう。

長後中では、クラスや部活単位でコロナやインフルエンザの感染が広がることなく、今年度の終わりを迎えることができました。



みなさんひとりひとりや、おうちでの感染対策の効果があったからだと思います。

コロナの感染者数が減りだし、大変な思いで注意をしてきたことが今後、少しずつゆるんでいくと思いますが、コロナの流行で学んだ感染症を防ぐ行動は、これからもきっと役に立ちます。

自分の「保健」の知識として、いかしていきましょう。

2022(令和4)年度の長中保健室は…

利用者総数(4月～3/20) 1337

去年より250位増!

特に体育祭練習期間は
昨年より30ほど増加！

学年別 1年:461 2年:553 3年:323

月別 1位: 5月 240(体育祭練習期間あり) 2位: 6月 169 3位: 10月/11月 各134

目的別 ○内科的(体調不良) 707 1位:腹痛 193 2位:頭痛 185

○外科的(ケガ) 427 1位:筋肉の痛み(肉離れ等含む) 98 2位:打撲 77

3位:擦過傷 58

○相談その他いろいろ 203

中学生は成長期・思春期。多かれ少なかれ、感染症以外にも、こころやからだにいろいろなできごとがあったことでしょう。次の学年ではよりおだやかに、順調にすごせたらいいですね。



こころのもやもやは、必要な相手とコミュニケーションをとって、解消しておけるといいですね。

からだの困りごと、気がかりは、受診をしたり、休養をしっかりとったりして、なるべくよい状態にしておきましょう。

また、未受診のものや、経過観察の受診予定がある人は忘れないように。

自分だけでは解決できそうにないことは、家族や先生など、身近な大人に相談しましょう。



健康調査票は、春休み中も継続して記入しましょう。
部活動でもチェックをします。体調が悪ければ連絡して休みましょう。
4/6(木)の始業式の日にも持参します。



学校管理下で起こった災害のために医療を受けた場合は

「スポーツ振興センターの医療費給付」を受けることができます。

保険診療で、治るまでに窓口負担が合計1,500円以上かかった場合に対象になります。

今までに、受診されたと伺った方には手続きに必要な書類をお渡ししたつもりですが、まだもらっていないという方は、手続きをとりますのでお早めにお申し出ください。

初診から2年以内でしたら申請可能です。

また、書類はもらったが、まだ提出していないという方も、上記期限内でしたら手続き可能です。ご相談ください。

対象だが手続きは辞退する場合もおしらせいただけます。

ご不明の点は保健室までご連絡ください。

医療証を使用した場合もご相談ください。

