



保健だより

平成24年3月23日

旭中保健室



明日から春休み。この一年間を振り返ってみてください。どうでしたか？4月からは新しい学年。春休み中に次の学年に向けての心と体の準備をしましょう。

保健室の一年を振り返ろう♪

今年度の保健室利用状況

けが 404 人
 病気 1107 人
 合計 1511 人

多かったけがは？ 打撲

多かった病気は？ 頭痛

3/22 現在

この一年間いろいろなことがありました。初めのころと比べると、みんな心も体も大きくなったな～と思います。

今年度の保健室の利用状況は左にある通りです。特に、5月から7月にかけて来室が多かったです。病気では頭痛、気分不良、腹痛、けがでは打撲、擦り傷、突き指の順に多い結果となりました。睡眠不足からくる頭痛や気分不良、薄着からくる腹痛を訴える子も多かったように感じています。4月から新学年ですね。春休みも生活習慣を整えて、元気に一年を過ごしたいですね。



継続は力なり！健康のために続けてほしい生活習慣



早寝早起きとか、バランスの良い食事とか、運動とか…。続けてほしい生活習慣はたくさんあるけれど、毎日となると難しいことも…。だけど、次の4つは毎日でもできると思うのです。

<p>手洗い・うがい</p> <p>病気の予防が基本です！</p>	<p>歯みがき</p> <p>1日1回は鏡を見てみがこう！</p>	<p>食べて、出す</p> <p>快食・快便はココロとカラダのスッキリのもと</p>	<p>笑顔であいさつ</p> <p>おはよう こんにちは げんき？ あそぼ またね ありがとうございます すみません ごめんなさい おやすみなさい 笑う門には福来たる！</p>
-----------------------------------	-----------------------------------	--	--

病気の治療が済んでいない人は、ぜひ受診を！！

◇現在の治療完了率◇

歯科：32.3%

眼科：16.1%

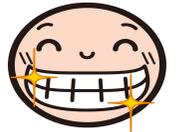
視力：34.7%

内科：8.5%

耳鼻科：48.9%

1学期に行った定期健康診断の結果、医療機関への受診が必要な人に治療勧告書を配布しました。残念なことに…、治療率が半分にも達していません。まだ医療機関を受診していない人は、春休み中に受診を！！4月からの新学年を万全の体調でスタートさせるためにも、時間がある春休みのうちに行きましょう。

治療は早ければ早いほど、
痛みもかかる時間も
少なくて済みます。



むし歯は風邪とは違って、
放っておいても治りません…。

一年生のみなさん！まだの人は急げ！あと8日！！

はしかの予防接種は済んでいますか？



はしかの予防接種が無料で受けられるのは
3月31日までです。まだ接種していない人は必ず接種してきてください。

保護者のみなさまへ

今年度は保健活動にご理解ご協力をいただき、ありがとうございました。本校は、インフルエンザによる学級閉鎖もなく、また、昨年度よりも病院のお世話になることも少なくて済み、一年間を無事に終えることができました。これも、保護者のみなさまがご家庭でお子さんをしっかり観察して、小さなサインを見逃さずにご心配をおかけだと思えます。来年度も家庭と学校が協力して、指導やアドバイスをしていきたいと考えていますので、よろしくお願いたします。