

ほけんだより3月

H30.3 宇和島南中等教育学校 保健室

学期末考査も終わり、今年度も残すところあとわずかとなりました。2月中旬から流行し始めたインフルエンザは徐々に治まってきましたが、油断は禁物です。自分で睡眠時間を確保し、栄養をとるなど規則正しい生活を送り、普段から免疫力を高めておきましょう。また、手洗いや換気をして、あらゆる感染症を予防しましょう。

学校保健委員会参加報告

学校保健委員会とは、生徒の健康・安全について、学校保健に携わる学校医、学校薬剤師、PTA、教職員、生徒保健委員等が一同に集まって話し合う場です。今回は、5年生の保健委員5名が参加し、日頃の保健委員会活動を発表しました。

<参加生徒の感想>



学校の保健や安全、食育などが一般の生徒たちの知らないところで、どのように保たれているのかを知ることができました。このような会が、毎年行われているとは知らなかったため、驚きました。また、自分たちの発表では、後期生が参加した生徒保健委員研修会の様子や今年度の保健委員の活動について正しく伝えられたと思います。(5-3男子)。

私たち生徒が健康で安全な学校生活が送れるように、保健室の先生や体育の先生、栄養教諭の先生を始めとして多くの方がサポートしてくださっていることを改めて実感しました。特に「保健だより」には、私たちが自分で自分の健康を守るために知っておくべきことが書かれてあるので、自分でもしっかり読み、生活に生かしていきたいです。(5-1女子)

私たち保健委員は、以前に全校集会で発表した内容を、PTAの方々や先生の前で発表させていただきました。私自身もストレスに上手く対処できずによく悩んでしまうので、内容も半ば自分に言い聞かせながら発表しました。発表の後に、保護者の方から、労いの言葉をいただき、委員会の仕事にやりがいを感じました(5-4女子)。

今回、初めて学校保健委員会に参加しました。普段はあまり緊張しないのですが、先生方やPTA、保護者の方に囲まれてみると、慣れないことばかりで緊張しました。でも、個人的には、全校集会の時よりスムーズに発表できて安心しました。とても良い経験ができました(5-2女子)。

初めての場で緊張したけれど、この会に参加した皆さんに、全校集会での発表をしっかり伝えることができました。先生方の保健に関する発表も聞くことができ、保健委員としてもっともっとより良い南校にしていこうと改めて感じることができました。

(5-3女子)

春休みは治療のチャンス

今年度の視力検査の結果、視力が両眼Bの人には眼科の受診を勧めました。眼科受診率は、前期 53.3%、後期 23.1%です(3月2日現在)。視力低下は、学習能率に支障をきたします。早期に受診しましょう。

また、歯科検診の結果、う歯保有者の歯科の受診率は、前期 40.5%、後期 20.5%です(3月2日現在)。う歯は放っておいてもよくなるばかりか、治療費もかかります。学習や部活動で実力を発揮するためにも、まだ受診していない人は春休みに受診しましょう。

眼科や歯科の「受診報告書」を提出していない人は、早期に保健室に提出してください。



～災害共済給付制度について～ もう一度ご確認ください

日本スポーツ振興センターの災害共済給付制度に加入しているため、学校管理下で生じた負傷や疾病等で医療機関を受診した場合、給付金が支払われます。以下について、もう一度ご確認ください。

- 学校管理下とは、授業中や休み時間、部活動中、登下校中など
- 医療費が5000円以上(窓口での保護者負担額が1500円以上)が対象
- 支払い請求の時効は、給付事由が発生してから2年間

申請漏れがないよう御注意いただき、もし分からないことがあれば保健室までお知らせください。