

ほけんだより 7月

2016/7/4

長岡中学校 保健室

文責 土屋 智美

早いもので、もう7月です。先週の3年生激励会では年甲斐もなく目頭が何度も熱くなりました。長中生の素晴らしさをまた一つ共有できたことを嬉しく思います。感動をありがとう。

そんなことでもう今週末は中体連です。ケガに気をつけて最後の仕上げ・最後の舞台・・・後悔のないように全力が出し切れることを祈ります。

長中生 fight

視力
検査



健康診断が全て 終わりました。

異常なしの人にはお知らせをしません。



A・B 以下の人に黄色い紙を出しています。急に視力が下がった人は要注意です。メガネの度が合わなくなってきた人も気になりましたが、多くの方が、もうすでに眼科医を受診してくれています。

治療の必要な人は

夏休み中に治してください。

歯科検診



今年から、「運動器検診」が加わりました。事前検査への協力ありがとうございました。

長中生は、むし歯のある人は少ないですが、歯周病(歯石・歯垢など)で受診が必要な人もいます。むし歯がないならあわてて病院に行かなくてもいいやというのは間違いです。

子ども医療費受給者証の使える今、しっかり治しておきましょう。3年生は、高校入学のための必要書類に歯科医の証明が必要になります。

内科
検診



脊柱側弯の疑いで多くの生徒に受診のお願いを渡しました。整形外科医を受診し、異常なしだった人もいますが、わずかな側弯が見つかった人も予想以上に多いのが現状です。受診がまだの人は夏休み中には病院へ行ってください。身体の硬い人については、日頃からストレッチを行うよう指示がありました。(私もしゃがみ込みができないひとりで)

夏休み明け



身長・体重を
計ります



4月から病院へ行くケガが15件もおきています。

ケガをしたくてする人はいません。でも、注意して防げるケガも何件もありました。



子ども医療費受給者証について・最新情報

学校で起きたケガで病院へ行くとき、注意してください。

病院によっては、「子ども医療費受給者証を使いますか？学校のスポーツ保険を使いますか」と聞いてくるところがあるようですが、伊豆の国市の小中学生は子ども医療費受給者証を使って診察をし(保護者負担0)

なおかつ日本スポーツ振興センター(学校で申請)から1割のお見舞い金が支給されるという対応をしていますので、保険証扱いで3割の実費支払いをしないようお願いします。

ちなみに、**子ども医療費受給者証**の使えるのは静岡県内の病院に限りですので、県外の病院へかかった場合は、実費で支払い、後日申請をして戻ってくるという方法をとります。(伊豆の国市ホームページ参照)



6月17日思春期講座

『思春期の心とからだを考える』

2年生・・・生命誕生

3年生・・・男女の責任

楽しく、真面目に性の勉強ができました。ここでも長中生の優しさにふれました。遅くなりましたが、感想を載せます。

男性や女性の体の変化や生まれてくる赤ちゃんのことなど、知らなかったことを今回の講座を通して知ることができました。陣痛に苦しみながらも私を産んでくれた母に伝えきれないほどの感謝をしたいです。 2年生女子



「もっと自分を大切にしよう」「もっと自分を好きになろう」と思いました。そして自分を認めようと思いました。また、「命」の誕生についてもっと深く考えなければならぬことも感じ「まだ中学生」では駄目なんだと思いました。これから、私を産み育ててくれた親に感謝しながら生きていきたいと思えます。 3年生女子



これからの人生に生かしていきたいことばかりだったので聞いて良かったです。性感染症はとてもこわいことだとわかったので、気をつけてならないようにしたいです。 3年生男子