

ほけん便り



No. 9 令和5年12月15日

担当 2-2 犬塚・奥野

いよいよ冬本番。冬休みは暴飲
暴食せず、体調管理に気を付けて
過ごしてください。
3学期、笑顔で始業式を迎えま
しょう！



外から
帰ったら
うがい

よく
噛んで
食べよう

夜更かし
しない

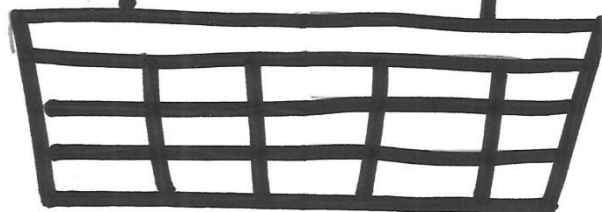
適度な
運動

一日3食
バランス
よく

部屋の
換気

7時間
睡眠

適切な
室温
湿度



保健室より保護者の皆様へ

●愛のかたち 献血！

12月8日に献血を実施しました。

20名の勇気ある3年生が希望してくれました。

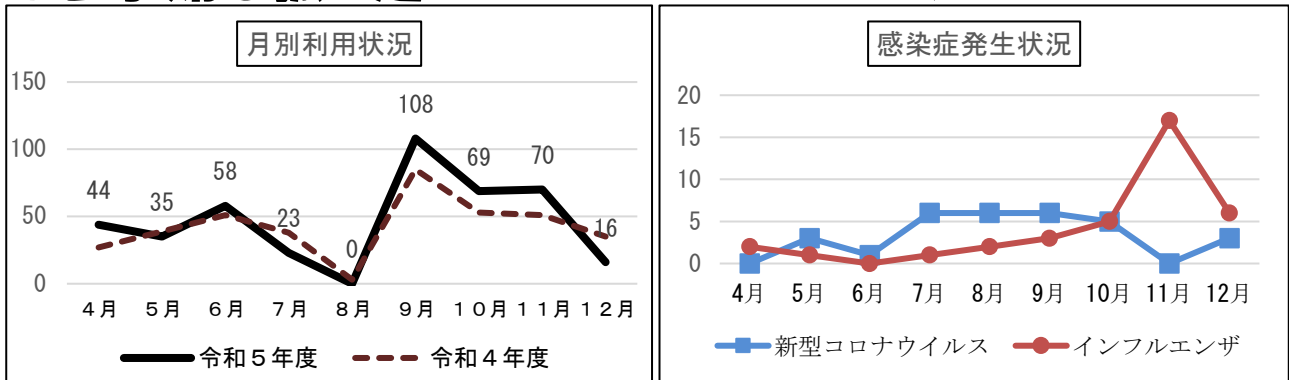
世の中には病気やけがの治療のため、輸血用の血液製剤や血漿分画製剤を必要とする人たちが数多くいます。しかしながら、医療技術が進歩した今日でも血液は人工的に作る事ができず、長期保存もできません。

「献血」は血液を患者さんに届けることのできるたった一つの方法なのです。

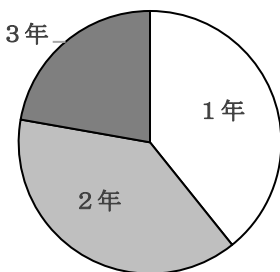


3年2組の金山航太郎さんは「最初は緊張しましたが、やってみたら針は痛くなくて、人の役に立てたことがよかったです。卒業後も協力していきたい。」と話してくれました。今回の3年生の皆さんの温かい「愛の献血」により、多くの患者さんの尊い命が救われることと思います。ご協力ありがとうございました。

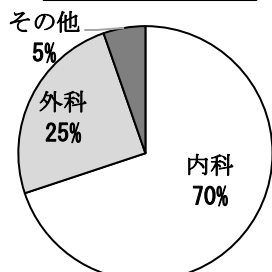
●2学期を振り返って－保健室利用状況（12/14現在）－



学年別利用状況



種類別利用状況



あっという間に秋が過ぎ去り、慌ただしい年末となりました。

4月からこれまでの保健室利用者はグラフのとおりです。昨年度よりやや増加したものの、振り返ってみると大きな傷病もなく、概ね健康的に過ごせていたようです。

今年度の全国的な特徴として挙げられるのが、春からの継続したインフルエンザの発生です。

本校でも、うがい手あらいの励行に加え、教室の換気の徹底など、基本的な感染予防に気を付けて参りましたが、11月に入ってインフルエンザの感染者が増加してしまいました。早めの対応と各ご家庭のご協力で、今のところ、その後の大流行は見られておりませんが、学校でも引き続き、感染症予防に努めていきたいと思っております。

ご家庭でもなお一層の健康管理をお願いいたします。

寒さはこれからが本番です。年末年始は行事事も多く、生活習慣の乱れが懸念されます。できるだけ規則正しい生活をお願いいたします。

検査や受診の必要な方は、この機会にぜひお済ませください。