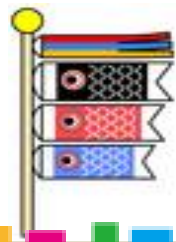


# 保健だより



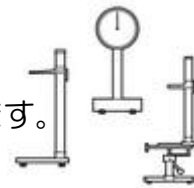
H25. 5. 10 (金)  
野間中学校 保健室

4月後半から保健室の利用者がだんだんと増加しています。体調不良のみならず、けがも多く発生しています。学校生活に慣れて緊張感が欠けると、けがが起こりやすくなるため注意が必要です。また、今月から各学年宿泊行事が行われます。日々落ち着いた生活を心がけ、体調管理に努めましょう！私も気をつけます…。



新学期が始まり、早くも1か月が経ちました。新しい環境にも徐々に慣れ、日々勉強や部活動に励んでいることと思います。しかし、身体の疲れやストレスを感じている人いるのではないのでしょうか。今は感じていない人も、突然身体の不調として現れることもあるため、注意が必要です。疲れをためないためにも規則正しい生活を心がけましょう。

## 身体測定結果速報！！



4月に行われた身体測定（身長、体重、座高、視力）の結果を報告します。

### 【身長・体重・座高】

	身長 (cm)				体重 (kg)				座高 (cm)			
	学年		愛知県		学年		愛知県		学年		愛知県	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子	男子	女子
1年	153.3	151.9	2.0	0.3	43.5	44.3	0.9	1.8	81.3	81.6	0.6	▲0.5
2年	159.6	155.0	0.4	▲1.0	49.2	47.1	▲0.6	▲1.2	84.5	83.1	▲0.4	▲1.3
3年	164.4	156.0	▲0.7	▲0.9	55.7	49.9	1.9	1.3	87.4	84.1	▲0.6	▲1.0

※ 「愛知県」は学年の平均と愛知県の平均の差を表しています。(▲はマイナス。)

※ 「愛知県」の平均はH24年度のもので、(文部科学省「学校保健統計調査」から引用)

### 【視力】

(人)

		A (1.0以上)	B (0.7以上)	C (0.3以上)	D (0.3未満)
1年	男子	42 (4)	5 (2)	6 (2)	0
	女子	41 (9)	3 (2)	13 (10)	1 (1)
2年	男子	40 (6)	7 (4)	11 (2)	0
	女子	17 (3)	14 (13)	9 (5)	0
3年	男子	31 (4)	8 (7)	7 (3)	3 (0)
	女子	33 (10)	12 (8)	7 (3)	3 (0)

※ ( ) 内の数字は矯正視力の人数を表しています。

※ 治療勧告書(青色の紙)をもらった人は早めに病院で受診しましょう。

## ～生活リズムを見直そう！～

あっという間のゴールデンウィークでしたが、充実した日々を過ごすことができたでしょうか。来週はいよいよテスト週間が始まります。効率よく集中して勉強に取り組むためにも、今一度生活リズムを見直してみましょう。

### 《生活リズム点検を実施します！》

#### 取組・方法

- ① 「生活リズム点検カード」を配ります。
- ② \*印の部分の目標時間を設定します。
- ③ 1週間、毎日の生活習慣を自己評価します。
- ④ 生活点検を終えてこれから気をつけたいことを記入します。



#### 実施期間

5月15日(水)～5月21日(火)の5日間(テスト週間中)  
(※ただし土、日は除く)



## ●○保護者の方へ●○

### ～災害救済給付制度について～

学校管理下でけがなどをした際、独立行政法人日本スポーツ振興センターから給付金が支払われる制度です。本校では、小学校で加入していた生徒さんには引き続き加入をしていただいています。

#### \* 共済掛金(年額): 945円

保護者負担: 460円  
美浜町教育委員会負担: 485円

5月下旬に学年費から引き落とさせていただきます。

#### \* 学校の管理下の範囲

- 各教科授業や宿泊行事、掃除などの学校行事中。
- 部活動の練習、試合中
- 休み時間、登下校中(登下校は、決められた通学路であること)

#### \* 申請方法

医療機関にかかった際に、学校に申し出ただくと、書類をお渡しします。その用紙を医療機関で書いてもらい、学校に提出していただくと、約2か月後に給付金が振り込まれます。

※医療機関を受診した際には担任又は養護教諭にお伝え下さい。