

# ほけんだより



秋田県立新屋高等学校  
令和6年3月11日  
No.11

うらかな春の日差しの中、そよ風が吹き渡る様子を「風光る」と表現します。そんな日は外に出たくなりますが、まだまだ油断は禁物です。3月は寒暖差も大きく「春嵐」「春疾風」「春一番」と呼ばれる強風が吹き荒れて急に冷え込むこともあります。急に薄着をしたりせず、上着を持ち歩いたり重ね着をしたりして風邪をひかないようにしましょう。来月からは新年度がスタートします。気持ちも体調も整えて始業式を迎えましょう！

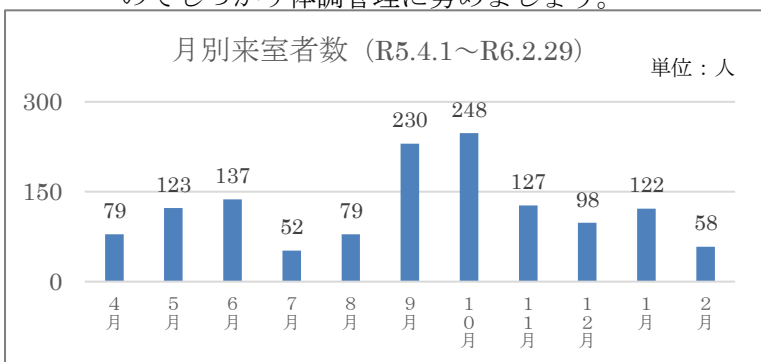
## 令和5年度保健室利用状況について(令和5年4月1日～令和6年2月29日)



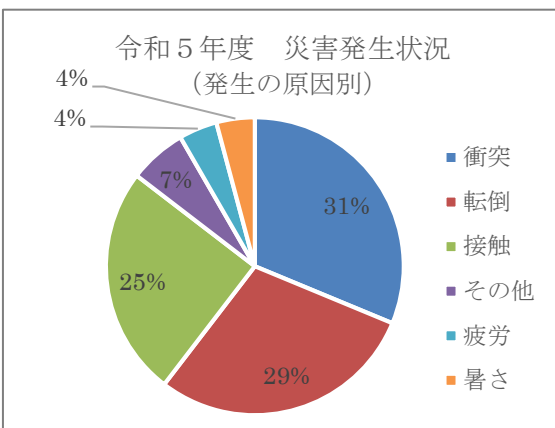
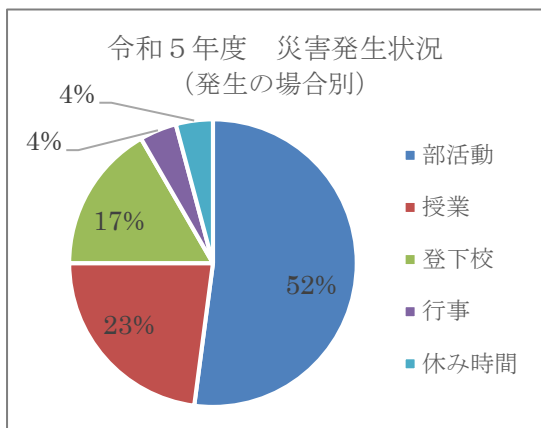
今年度は新型コロナウイルスが5類に移行したことで様々な規制が緩和されたことにより、感染症の流行が予測されておりましたが、その予測が大当たりの一年だったように感じます。世間の流行に合わせて本校でもインフルエンザやコロナが大流行し、そのため近年で最も来室者が多い一年となりました。まだインフルエンザの報告も入っています。春休みは遠征のある部活も多いと思うのでしっかり体調管理に努めましょう。

### ◇感染症罹患患者数(令和6年2月29日現在)

診断名	報告者数
インフルエンザ	126
新型コロナウイルス	69
感染性胃腸炎	1
ヘルパンギーナ	1



## 令和5年度医療費請求状況について(令和5年4月～令和6年2月)



※衝突…物と接触して受傷  
接触…人と接触して受傷

上記左図の通り、けがの多くは部活動によるものがほとんどですが、昨年度から登下校中＝**自転車によるけが**が激増しております(「道路の段差に乗りきれず転倒」が大部分を占めております)。令和3年度は2%だったものが、令和4年度は13%、今年度は17%に増えており、そのケガのほとんどが骨折や重度の擦過傷でした。これから雪解けも進み、自転車で登下校する人が多くなると思いますが、自転車には十分注意して登校・下校してください。

### ☆傷病名 TOP3

	傷病名	%
1	骨折	31.3
2	打撲	12.5
	関節疾患	12.5

# イヤホン 難聴 に 注意!



イヤホンなどで大音量・長時間聴く生活を続けると、耳の中の音を伝える細胞が少しずつ壊れ、聞こえにくくなるイヤホン難聴になるかもしれません。

イヤホン難聴は治りません。イヤホンは正しく使い、耳を守りましょう。

## ! イヤホンの使い方

- ・周りの人の声が聞こえるくらいの音量にする
- ・1日1時間未満の使用にする

## 保健室からのお知らせとお願い

### ①脊柱・運動器保健調査票の締切は明日です 提出は済みましたか？

上記書類の提出がまだの人は早めに提出しましょう。特にこの調査票は毎年紛失する人がいますが、卒業まで使用するものなのでなくさないよう気をつけてください。

脊柱・運動器保健調査票 提出締切 : 3月12日(火)

### ②医療費の請求はお済みですか？

学校管理下(授業中、部活中、登下校中等)に発生した傷病については、発生日から2年を経過すると請求できなくなってしまう。「今年度ケガをしたけどまだ請求していない」という人がいましたら早めに保健室までお声掛けください。

### ③スクールカウンセラーについて

今年度の実施は終了しました。

来年度は5月から開始予定です。生徒はもちろん保護者の方も利用できるのですが、その際は担任または保健室までお知らせください。カウンセラーの来校予定については、保健だよりもしくは教室内の掲示物でご確認ください。

皆さんが心身共に健康に学校生活を送れるようサポートしたいと思いながら保健室におりましたが、いかがでしたでしょうか。

新学年に向けて緊張している人、張り切っている人、様々だと思いますが、好調なスタートがきれるよう、春休みは無理することなく積極的に体調を整えましょう。1年間、ありがとうございました。

