

ほけんたより

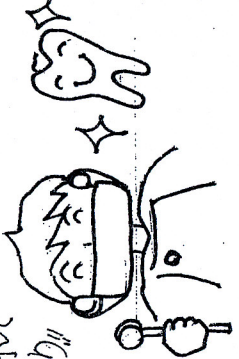
流山市立常盤松中学校

もうすぐ夏休みが始まります。部活動の大会にこれから挑む人、次の大会へと頑張る人、(受験)勉強を今まで以上に頑張る人、楽しい行事にワクワクしている人など、一人一人の夏の生活が違ってきます。(しかし「健康」あつたの實踐です。朝早く起きて、朝ごはんをしっかりと食べて、リズム正しい生活を送りましょう。) 9月2日に元気に、笑顔で会えるようにです。

夏休み中に病気を治す? 後診の状況

後診が必要の人	菌科	耳鼻科	眼科	視力
現在受診済みの人 (後診率)	41人	112人	12人	219人
	10人	49人	6人	83人
	(24%)	(44%)	(50%)	(38%)

流山市子ども医療費助成
後給券は、中学生以下
しか使えません。
中学生の内に利用し
病気を治療しましょう!



夏アイズ??



汗が出る2種類の「汗腺」とは? ひとつは、エクリン腺

- ① アポクリン腺
- ② アポクリン腺
- ③ アポクリン腺

答えは(あ)です。よりのとが...

スマホ依存

「ゲーム障害」

ネットゲームやSNSにはまり、スマホが手放せず、社会生活に支障が出るのが「ネット依存症」です。その中でゲーム依存症を「ゲーム障害」としてWHO(世界保健機関)が5月、国際疾病分類に基づく病気として正式に認定しました。日本初ネット依存症の専門外来を設け、又里浜医療センター院長先生は、「子どもは脳が十分に発達していないため、短期間の依存症にはいりやすい」とのことです。また患者は、ほぼ全員、体力が低下し、睡眠がとれず、それから、「うつ」を合併する人も少なくない」と警告しているそうです。

その他にも、画面が狭すぎて、両目で焦点を合わせて見づらく、斜視になる確率も高いことや、夜中までゲームをして、睡眠のリズムと慣に異変が出ることも問題だと指摘する医師も、みりものせいで先出の院長は、「依存症にはると治療が難しい。親子で使い時間を決めるほどう防が大切だ」と話しています。

～夏休みに、スマホやインターネットばかり使い生活にはらばい
よりにしてください!!～
H30.7.16 朝新聞から抜粋
元.5.26

病室の窓から

一学期の大きな行事での常中生の姿を書きたいと思っ
一年生の校外学習で清水公園で飯盒炊爨をました。後片付けの時間には、全員が協力し、積極的な役割をまわりました。一年担任の先生方は「よく働いて、スガしい」と話しました。
二年生の杯間学園では二年生のパワーを感じました。全での活動で係に協力し、エナジーに取組んでいました。それから男子の迫力ある音に支えられ、男子声は、とてもステキです。
三年生の修学旅行は、落ち着いて行動する姿に成長を感じました。二日目の集合場所だった地下鉄駅馬車の通路各、階段付近で、静かに列も乱れず待っている姿は、王様です。
全ての行事に楽しんで、常中生のスマイルを直に見られることに幸せを感じます。
二学期、三学期も楽しみが、たくさんある。私はこの職業で、そして席中に来るべきで、とても嬉しいです。

