

ほけんだより

春日井市立坂下中学校 2010. 7.15 No.4

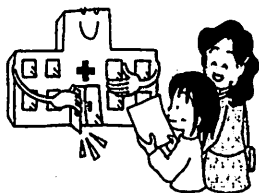
もうすぐ夏休みです。時間がたくさんある人も、部活など予定で忙しい人も、朝ねぼうや夜ふかしには十分注意してください。いったん体のリズムが崩れると、元に戻るのは大変です。健康に毎日を過ごすため、できるだけ『規則正しく』を心がけてください。今年もみなさんが健康で充実した楽しい夏休みをすごせるよう、願っています。



タバコやお酒などの甘い誘惑も多い季節です。でもこれは法律違反!! 「ちょっとぐらいなら…」と軽い気持ちで手を出さないようにしましょう。もし誘われるようなことがあっても、自分の健康のこと、将来のことを考えて、きっぱりと断るようにしてください。



☆ 夏休み中に治療を済ませておきましょう!



健康診断の結果、検査・治療が必要だった人は、この機会にぜひ病院へ行って見てもらいましょう

☆ 1年生のみなさん、はしか(麻しん)の予防接種を受けましょう!

春日井市から案内が送付されていると思います。来年の3月31日までは無料(公費負担)ですので、まだの人は夏休み中に受けておきましょう。詳しくは裏面を!!!

中学1年生、高校3年生、保護者のみなさん

はしかの予防接種を受けましょう！

対象者

平成4年4月2日から平成5年4月1日生(高校3年生相当)

平成9年4月2日から平成10年4月1日生(中学1年生相当)

上記対象者の方は、法令の改正により、今年度、はしか(麻しん)の予防接種を受けることになっています。まだ受けていない方は、夏休み中に受けておきましょう。

◎ どうやって予防接種を受けるの？

お住まいの市町村から、対象者あてに、麻しん風しん予防接種の案内が送付されています。その案内の指示に従って、地域の医療機関で予防接種を受けてください。(不明な点は、市町村へお問い合わせください。)

◎ 予防接種の費用は？

予防接種の費用は無料(公費負担)です。期間は、平成23年3月31日までです。それをすぎると全額自己負担となり、接種するのに約1万円かかってしまいます。

大学への入学や、就職、海外への渡航にあたって、「麻しんの予防接種を受けていること」が求められることもあります。

また、冬になるとインフルエンザ等感染症が流行し、麻しんの予防接種を受ける機会が限られてしまいます。

今の時期に麻しんの予防接種を受けておきましょう。

国は、2012年までに、はしかをなくそうと、平成20年度から5年間、中学1年生、高校3年生相当の年齢の人に予防接種を受けるよう法律を定めました。

今までに接種している人も、2回目として接種を受けましょう。

