

令和5年度が終わろうとしています。一年間の自分の「がんばり」をぜひ褒めてあげてください。クラスの仲間と一緒に過ごせるのも、本当にあと少し。仲間に感謝の気持ちをたくさん伝えられるといいですね。



そして、3年生のみなさんへ。この3年間で思い返すと、数え切れないほどの思い出で心がいっぱいになります。いつもみなさんから素敵な気持ちをもたらしていました。本当にありがとう。皆さんの幸せを願っています。

保健室 1年のまとめ (4月～2月まで)

<保健室来室状況>

※1…爪切りなど、病気でもけがでもない来室の数



けが

合計 **709人**
(1日あたり **4人**)



病気

合計 **2286人**
(1日あたり **13人**)

その他※1

合計 **155人**
(1日あたり **0.9人**)



合計：**3150人** (1日あたり **17人**の人が保健室を利用しました)

👉保健室利用時のルールをもう一度確認しよう！

- ・薬はありません。薬物アレルギー等の危険があるためです。常備薬は忘れず持ってきてきましょう。
- ・緊急時をのぞき、担任または教科担任の先生に申し出てから保健室へ行きましょう。
- ・保健室は応急手当をする場所のため、手当てできるのは原則当日だけです。翌日からは家で手当てをして登校するようにしましょう。



👂3月3日は耳の日です



以下のような症状はありますか？

- 耳が聞こえにくい
- 耳が詰まったような感じ
- 耳鳴りがする

自分では気づきにくい
自覚する頃には症状が進んでしまっていることも。
理由：最初は「会話で使う声より高い音域」が聞こえにくくなるため、気付かない

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

🍃「窓全開！パワー全開！空気爽快！キャンペーン」を終えて

全校で換気に関する調査をし、忘れがちな換気のアイディアを募りました。クラスごとに調査結果をまとめ、保健委員内で内容が良かったものに投票する「ミニコンテスト」を行いました。内容を紹介します。

🏆換気をがんばったで賞「1年1組」

🏆デザインが光ったで賞「2年4組」

～101 換気調査結果～

101が頑張っ取り組んでいること

自分たちに風が当たらないほうの窓やドアを(全開に)しっかり開けている。
1時間に一回窓を開ける。
朝は来た人が開けている。
窓際の人たちが窓を開けている。
廊下だけでなくちゃんと外の方の窓も開ける。


↓

1組は大体
みんなが自主的に窓を開けています。

私たちのクラスではなるべく沢山の人が窓を開けたり、みんなが寒くて体調を崩さないように上の窓やドアを開けています。ですがどうして換気をするのか、換気の必要性、換気のメリット・デメリットがよく分からなくて実際に行動にうつせていない人が多くいることがわかりました。なのでみんなが答えてくれた意見やアイデアを基準に換気についてもっともっと知れたら良いと思いました。

良いなと思った意見・アイデア

1. 朝や休み時間などでみんな自分のことが忙しくてつい窓を開けるのを忘れてしまうことがあるから、気づいた時すぐ窓を開けに行ったりちょくちょく気にしながら過ごしてみる。
2. 放課になったら、声かけをする
3. 換気良さや換気の必要性を理解したり、なぜ換気をするのか伝えておく。



204の換気調査の結果！

みんなのアイデア

- みんな、寒さで開けていない
- 上着の着用、カイロを持つてくる
- 換気呼びかけをすると、窓を開けている
- 声かけ大事
- キャンペーンを行う
- 換気の大切さを伝える
- 下の窓だと寒い子が多い
- 上の窓を開けて換気をする


↓

1時間に1回
最低5分、換気しよう

204がやっていること

- 放課に窓を開けている
- 授業中でもカーテンを開けて窓を開けている

窓を開けるのは、大切だから自分で、出来る防寒対策をしよう



🏆アイデアが素晴らしかったで賞「3年1組」

301の換気調査結果

みんなのアイデア

- 寒いから窓を開けてしまう。
- 厚着したりカイロを持つてくるように呼びかける。プレゼンをする。プリントを作って配る。上の窓を開ける。
- カーテンが風で吹いてくる。
- 洗濯バサミで止める。
- 開け閉めが面倒くさい。
- 保健委員が開け閉めする。係を決める。授業の始まりと終わりに必ず開け閉めをする。
- 換気の必要性を理解できていない。
- プリント配布する。給食の時間などにプレゼンする。

いいなと思ったアイデア

- 学年対抗換気王決定戦
- 時間ごとに窓を開ける場所を変える。
- 開けるまで放課にはいけない。
- 開け閉め係を作る。
- 声かけ、プレゼン、プリントなど。

私たちのクラスでは換気ができていないことがあるので、全員で意識してできるように、今回のアイデアを取り入れて頑張っていきたいです！



窓枠用の掲示物もデザインが光りました！

🌸保健委員会の振り返りより

<p>たくさんのキャンペーンをやって、最初の頃と比べると、だんだんキャンペーンがなくても動けるようになったことがクラスの成長したところ。</p>	<p>委員会の話し合い活動で、他の学年の人と一緒に考えることができ新鮮だった。自分たちの活動が高中のために少しでもなったと考えたら、心が温かくなり、うれしくなった。</p>	<p>ポスターを貼ったから、クラスの人たちが見て、色々な活動に自分から進んで取り組む姿が何度も見られました。</p>	<p>感じたことは、いつもの放送でも、しっかりと考えられて、とても大切なことを言っていること。小さな呼びかけにも、たくさんの努力が詰まっていること。</p>
--	--	--	--

クラスの健康を守るため、試行錯誤しながら活動をがんばった様子が伝わりました

前期、後期と1年間本当ががんばっている姿がたくさんみられました。ありがとうございます。