

未提出書類・申請漏れはありませんか？

各治療勧告書

1学期に行われた健康診断(視力検査・歯科検診)の結果より、病院への受診が必要な生徒が対象です。未提出者は保健室まで受診済みの報告をお願いします。まだ受診していない生徒は早めに受診し、すっきりした形で新学期を迎えましょう。



登校可否連絡票

主に新型コロナウイルス感染症やインフルエンザ等に罹った生徒に対し、配布している書類です。保護者の方の記入で大丈夫なため、未提出者は保健室まで提出してください。提出したかどうか定かではない場合は、保健室へお問い合わせください。

スポーツ振興センター

学校の管理下(登下校、授業中、休み時間、部活動中など)でけがをし、病院や薬局で5,000点(約1,500円)以上の支払いがあった場合に申請することができます。窓口負担がなかった場合でも申請は可能です。手元に書類がある生徒は早急に保健室まで提出してください。

3月3日は耳の日

子どもでも耳は聞こえにくくなる？

ヘッドホン難聴

イヤホンやヘッドホンを使って大きな音で長時間聞いていると起こる若者に多い難聴です。聞こえが悪くなるだけでなく、耳が詰まった感じがしたり、耳が痛くなったりします。ヘッドホン難聴は、進行がゆっくりなため、発症に気がつきにくく注意が必要です。イヤホンなどを使用するときは、音量を小さくしたり、時間を決めて使用するなど正しい方法で使うようにしましょう。



突発性難聴

急に片方の耳が聞こえにくくなる病気です。耳が詰まったような感覚やめまい、耳鳴りを伴う人もいます。前日は問題なかったが、次の日テレビの音が聞こえにくくなったり、電話の音が聞こえなくなったりするなど何の前触れもなく突然起きるのが特徴です。聴力を回復させるには、早めに受診し、治療を開始させることが大切です。

メニエール病

耳鳴りや耳が詰まる感じ、耳の聞こえが悪いといった聴覚症状をとともなうめまいの発作を繰り返す病気です。めまいによって、吐き気や嘔吐を伴う人もいます。



(((耳に異常を感じたら
早めに耳鼻科を受診しましょう)))

保健室の一年間

(2月26日現在の人数)

保健室の
利用者数

1296人

来室が
多かった月

6月

体調不良で
来た人

564人

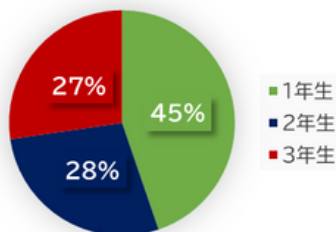
一番多かった症状
頭痛

ケガで来た人

231人

一番多かったケガ
打撲

学年別利用状況

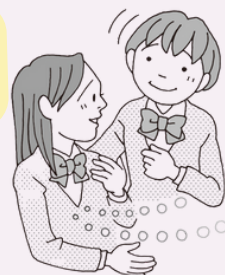


最も利用者が多かった学年は、1年生(580件)でした。特に、1年女子の利用者(369件)が多く、次いで2年女子(276件)、1年男子・3年女子(211件)でした。曜日別の利用者数は、火曜日(282件)が最も多く、次いで金曜日(271件)、木曜日(263件)でした。

今年度もたくさんの生徒の顔を見ることができました。もちろん楽しかった思い出ばかりではないかもしれませんが。みなさんの心と体はたくさん働いたと思います。その経験が心や体を強くしてくれます。ぜひ、自分自身に「おつかれさま」と声をかけてあげてください。

「当たり前」を「ありがとう」へ

3月9日はサンキューの日



「当たり前」とは、そうあるべきこと(=当然)や、ありふれていること(=普通)という意味です。一方「ありがとう」は、めったにない・めずらしいことを意味する「有り難い」からできた言葉で、みなさんが知っているように感謝の気持ちを表す言葉です。

3月9日は、「サンキューの日」です。「ありがとう」は伝えた人も伝えられた人も幸せな気持ちになる言葉です。普段の生活の中にある、やってもらって「当たり前」なことに対して「いつもありがとう」と考え方を改めてみることで、たくさんの幸せに気付けるかもしれません。ぜひ、友達や家族、大切にしているものに対して、たくさんのありがとうを届けてみましょう。

ありがとうの 効果

健康になる

ポジティブになる



幸せになる

人間関係が
良くなる

感謝の言葉を口にして、自分も周りの人も
すてきな1日を過ごせるようにしましょう。