

ほろどおし3月

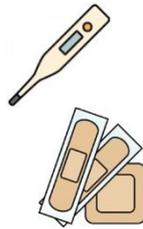
平成30年3月15日(木)
金沢桜丘高等学校 保健室

今年度も残りわずかとなりました。みなさんにとってどんな1年でしたか？怪我や病気に気を付けて健康に過ごすことはできましたか？春休みは、新学期に向けての準備期間です。季節の変わり目で体調を崩しやすい時期ですが、規則正しい生活をして体調を整え、元気に新学期を迎えましょう。

1年間を振り返って・・・

保健室利用者数

内科的・・・747人
外科的・・・328人
相談・・・266人



学校感染症による出席停止者数

(インフルエンザ、感染性胃腸炎等)



71人



スポーツ振興センター

受給件数・・・154件
(2月まで)



貸し出し物品BEST3

- 1 体操服
- 2 靴下
- 3 ナプキン



*借りてからなかなか返さない人がいますが、他の人が借りられず困っています。借りたらすぐに洗濯し、朝のうちに返却してください。

視力・歯科の受診を済ませましょう！

		未受診者	受診率
視力	1年生	42人	75.1%
	2年生	44人	72.0%
歯科	1年生	7人	91.3%
	2年生	5人	93.7%

4月の検診以降、要受診者には何度も受診指導をしていますが、まだ受診していない人もいます。春休みを有効活用して、新学期が始まるまでに受診を済ませてください。3月15日・16日の球技大会のときに未受診者を呼び出します。受診済みで報告していない人は、すぐに保健室に来てください。

スポーツ振興センターの書類は提出しましたか？

怪我をして受診したが、書類を提出していないという人はいませんか？申請には時効があり、怪我をした日から2年が経過すると申請できなくなります。怪我をして病院へ行った場合はすぐに保健室に書類を取りに来てください。また、書類が手元にあるという人はすぐに保健室に提出してください。

環境検査を実施しました

<結果>

各クラス（101H～203H）に二酸化炭素濃度計を1日置いて休み時間ごとに測定しました。ほとんどのクラスで基準値（二酸化炭素濃度 1500ppm 以下）を超えている場合が多く、最大値は4500ppmでした。

<環境委員の感想>

- ・1時間で二酸化炭素濃度の数値がかなり上がったので驚いたが、換気をしたらすぐに下がったので、換気的重要性を感じた。
- ・常に基準値を超えていて驚いた。換気をしなければならないと思った。

<学校薬剤師さんのコメント>

- ・二酸化炭素濃度が超えている際は、休み時間ごとに必ず換気を行ってください。

<見解>

二酸化炭素濃度が基準値を超えることで、眠気・注意力散漫・頭痛・だるさなどの症状が起きやすくなります。日頃から休み時間ごとに換気するよう心がけましょう。



～保健室の先生たちからのメッセージ～

一日だけ幸せでいたいならば、床屋に行け。一週間だけ幸せでいたいなら、車を買え。一か月だけ幸せでいたいなら、家を買え。一生幸せでいたいなら、正直でいることだ。

三好俊和



「そだねー。」使って見よう！どんな時も相手を絶対に否定しない言葉であること。相手や相手の意見を尊重したうえで、「自分はこう思う」と話を続けることができる、相づち「そだねー。」友達とのコミュニケーションを大切にしてほしいと思います。

吉田幸子



1年間を振り返って、いかがでしたか？

“あわてず・あせらず・あきらめず”
3つの「あ」を大切に。

前をみて、笑顔で過ごしましょう(*^_^*)

大岩はづき



みなさんは日頃から感謝の気持ちを伝えていますか？「ありがとう」と言葉にするよう意識してみてください。きっと、心が温かくなりますよ！そして、これからも笑顔で元気に高校生活を楽しんでください！みなさんのさらなる活躍を期待しています♪

倉野真衣



～この1年で保健室を利用したことがある人へ～

保健室を利用した際の感想を別紙に書いて各クラスの保健委員に提出してください。「もっとこうしてほしい」「こんなものを置いてほしい」などの意見でも構いません。みなさんにとってより良い保健室にしていきたいと思しますので、ご協力よろしく申し上げます。

保健室感想アンケート () 年

保健室での応急手当 (どれかひとつに○をつけてください)

BEST () BETTER () GOOD () BAD ()

感想・要望など何でも・・・

保健室感想アンケート () 年

保健室での応急手当 (どれかひとつに○をつけてください)

BEST () BETTER () GOOD () BAD ()

感想・要望など何でも・・・

保健室感想アンケート () 年

保健室での応急手当 (どれかひとつに○をつけてください)

BEST () BETTER () GOOD () BAD ()

感想・要望など何でも・・・