

ほけんだより

3月号

大庄北中学校
R7.3.4

ホッとするような春の陽ざしを感じるようになり、まとめの3月になりました。

この1年間、命に関わる大事故がなく過ごせたことをうれしく思います。そして、保健室での対応も昨年度までとはルールを変更しましたが、皆さんの協力もあって、特に混乱もなく、穏やかに過ごすことができました。ありがとうございました。3年生の皆さんは、受験、卒業式と大きなイベントが残っています。もう進路が決まったという人も…あと少しの中学校生活の日々を大切に過ごしてほしいと思います。

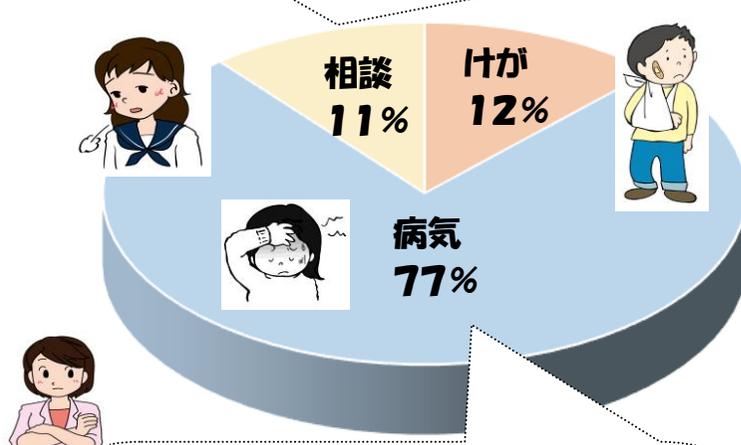
～保健室の1年間～

★R6.4月～R7.2月末の来室記録より★ 何となく来室、身体測定は含めず

～1083人が利用しました～

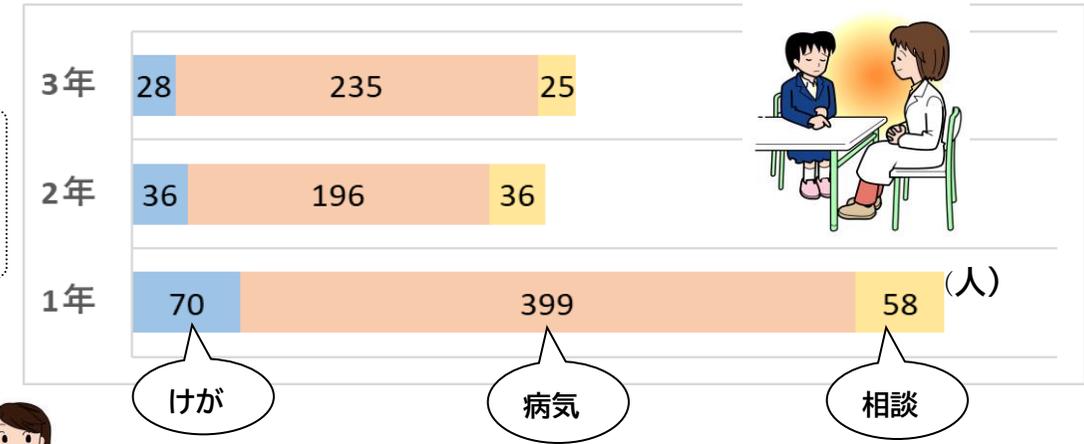
相談での来室者は119人。友達関係の相談が多く、少し関係が崩れると不安で、悩んでいる自分に振り回されている人もいました。自分の考えや感じ方を違う角度から見るができるようになると、感情のコントロールもしやすくなります。メタ認知といいますが「今の自分はどうかだろう？」ともう一人の自分から自分をみることも大切です。

<p>保健室 + 1年間の記録</p> 	<p>利用件数 1083 件</p> 
<p>具合が悪くて来た人 830 人</p>  <p>いちばん多かった病気 頭痛</p>	<p>けがの手当てで来た人 134 人</p>  <p>いちばん多かったけが 打撲</p>
<p>来室者が多かった月 6 月</p> 	<p>来室者が多かった曜日 火 曜日</p> 



病気での来室は830人。来室全体の約8割を占め、なかでも多かった月は6月でした。6月はうだるような暑さに体が慣れず、体調を崩す人が増えました。暑熱馴化することや(徐々に体を暑さに慣らす)や熱中症予防対策を来年度もしっかりやっていきたいですね。

そして、冬にはインフルエンザの流行の波に本校も乗ってしまい、学級閉鎖の措置を行いました。換気などの予防はしっかりできていましたが、体調が悪いのに無理して登校したり、休み明けにドカーンと感染者が増える等、自己管理の面で、もう少し予防できたのではと思います。



学年別でみると、1年生がダントツに来室者が多かったです(´;ω;`) この学年は、インフルエンザが大流行したことも影響していますが、年間を通して、心の不調に連動して体調を崩す人、痛みにも敏感な人、イラつきが抑えきれない人も多かったように思います。心と体はつながっています。体の成長だけでなく、今度は、心の成長が色々な場面で見られることを期待しています。

～卒業する皆さんへ～

いよいよ卒業ですね。この4月から転任したばかりで、皆さんとの関りは短かったですが、行事や委員会活動や日々のやり取りの中にも、皆さんの素直さ、やさしさ、あたたかさに触れる事ができ、気持ちよく過ごすことができました♡ありがとう～

この先、大人に近づくにつれて、決断を迫られることや任せられる事が増えてきます。頼れる先や頼れる人を増やし、また、自分が頼って安心したその気持ちを忘れず、次は頼られる存在になってくださいね。

成長していく皆さんを応援しています。おめでとう!!

