

ほけんだより 3月

大阪市立淀中学校
保健室
2017. 3. 1

H28年度版

保健室の来室状況

最も多かったランキング

- ◆ 月 …9月
- ◆ 曜日 …月曜日 → やつぱり週始めは気分が重い!?
- ◆ 内科の症状 …頭痛
- ◆ 外科の症状 …すり傷
- ◆ トータル …1063人!! 貧血もプラスあり!?

全体的にケガは少なかったですが、例年に比べて打撲が多かったです。しかも理由が、廊下走って…とかプロレスごっこして…とか 注意してたら防げた理由が多かったです

結論: 日曜日は月曜に備え早く寝よう! (特に9月)

人間の耳は どの役割?

音を聞く

耳がラッパのような形をしているのは、音を集めるため。集めた音で鼓膜が震えて、その震えが耳小骨を伝わり、か牛の中にある水を揺らして、電気信号として脳に伝わります。これで初めて「聞こえた」こととなります。



からだのバランスを保つ
歩いたり走ったりはもちろん、朝に布団から起き上がるのも、耳の中の「三半規管」と「前庭」がバランスをとってくれているおかげ。耳の異常が原因で、めまいがしたりまっすぐ歩けなくなったりすることもあります。

大活躍の耳を守るために

1. 耳元で大きな声を出さない。
2. 耳の近くを叩いたりしない。
3. 大きな音で音楽を聴き続けない。
4. 耳そうじは月に1~2度くらい。

マイク

1年間、ほけんだよりを読んでくれてありがとう。「ほけんだより好き!」とかお母さんか「おもしろい、読んだ!」とかの嬉しいことを言ってくれて、毎月全員のほけんだよりを作っていることに、それも今年で終わりと思つてうれしいですね。
この年、爆笑したり、「いいじゃんこれー!!」って怒ってたりしたことあるけど、今はスチキな思い出です。保健室へ「元気になったよ」と報告してくれたら「お、たね」とクルクルなからで内では、めっちゃ喜んでくれて、嬉しかった。校内で会った時に話しかけてくれたりした時も、「やつぱり」とか「お、お」とかしてあげたこと(笑) 本当は「やった、って思ってた(笑) あんまり出ないからたかもしれないけれど、みんなかかわって毎日楽しかった。男子の「発表見たい」、女子との「クイズ」がなくなるのはさみしいけど、またできたらいいいな。最後になりましたが「思いやりの気持ちを大切に。」です。今年ほけんだよりを通じて散々言ってきました。相手の立場になって考え、行動できる人になってほしい。みんなの思いやりの気持ちがいつまでも続き、スチキな大人へと成長することを願っています。では、さようなら〜

さて、今年度も終わりに近づいてきました。
みなさんはどんな1年でしたか?
楽しいこともあったし、悲しいこともあったことでしょう。
いろんなことがそれぞれにあって、辛くてどうしようもなく
なったこともあったらうけど、それらを乗り越えてきたみなさんは、本当にすごいです。この1年よくがんばりました!!
来月には今とまったく違う環境になります。
3年生は高校生に。2年生は受験生に。1年生は2年生になって、初めての後輩ができます。
新しい環境に期待したり、不安になったりすることかと思いますが、「自分次第ですべては変わる!」ということをお忘れなく。
なんでも結局は自分でやっていかないとはいけません。
楽しむのも自分。サボるのも自分。やめるのも自分。頑張るのも自分。
自分次第でなんでも変えられるし、それを君たちならできるはずです!
君たちの明るい未来に期待しています。
そして、3年生!! 君たちの活躍を応援しています!
どうしても辛くなったら、保健室を思い出してね。
それでは、今年度のほけんだよりはこれで最終号です!
今まで読んでくれてありがとう。最後だけでもいいので、今まで読んでないお友達がいたら、これだけは読みな!と書いてあげてください(笑)

1年の思い出

「1年間だけ♡」
「先生!! 元気になったよ!」
「元気になったよ!」
「嬉しい♡♡」
「先生って保健室に住んでるの?」
「お顔が金くも観察してほしくな」
「顔が金くも観察してほしくな」
「先生って保健室に住んでるの?」
「顔が金くも観察してほしくな」
「先生って保健室に住んでるの?」
「顔が金くも観察してほしくな」