

ほけんだより

3月号
大庄中保健室
R6. 3. 4

ホッとするような暖かい陽ざしが心地よくなりましたね。この1年、受診が必要なけがや感染症などで辛い思いをした人もいましたが、命に関わる重大事故がなく過ごせた事をとてうれしく思います。保健室での皆さんとの出会いも様々でしたが、体の成長だけでなく、考え方や気持ちの持ちようなど、成長したなあ…と感じる場面もありました♡ 3年生の皆さんは、卒業式、受験と大きなイベントが残っています。もう進路が決まった人も…みんなで気を引き締めて、あと少しの残り少ない中学校生活を大切に過ごしましょう。

～保健室の1年間～

★R5.4月～R6.2月末の来室記録より★何となく来室、付き添い等は含まず

～1885人が利用しました～

昨年度の来室者と比べると300人ほど増えました。昨年度と同様、今年度もインフルエンザの大流行で、冬の保健室は大忙し…内科的な来室が増えました。相談や居場所を求めている来室者は336人。アドバイスを求めるというよりも、ただ、聴いてほしい…という思いで話をしながら、心を整理し、数日たった「先生！すっきりしたわ。ありがとう」と笑顔で報告に来てくれた時はとてもうれしかったです。心が傷ついた分だけ、自分を見つめなおしたり、優しくなれたり、心の成長に繋がったのではないかと思います。

保健室来室者数(学年・症状)

	けが	病気	相談
3年	53	353	68
2年	75	580	193
1年	61	427	75

(人)



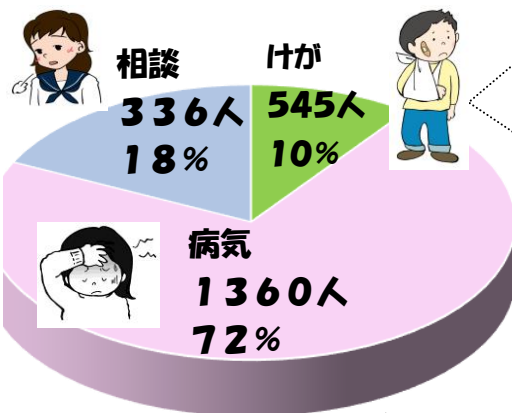
保健室 +
1年間の記録



利用件数
1885 件



相談 **336人**
18%
けが **545人**
10%
病気 **1360人**
72%



体育や部活動でのけががほとんどでしたが、悪意なく、はしゃいでいたりふざけなど幼稚さからくるけがもありました。防げるけがは防ぎたいものです。



学年別でみると、2年生の来室者が多かったです。この学年は昨年度も来室が多かったです。悩める中2…といったところでしょうか？不安に左右されたり、悩んでいる自分に振り回されている人も多かったかな。でも心のうちをいっぱい話してくれましたね。3年生では授業も大切にして、今度はあなたが後輩や友達の話の聴いてあげたり、力になってあげてください。頼られる存在になると心が満たされますよ。

具合が悪くて来た人
1360 人



いちばん多かった病気

頭痛

けがの手当てで来た人
545 人



いちばん多かったけが

擦り傷

来室者が多かった月
10 月



来室者が多かった曜日
火 曜日



内科訴えのトップは頭痛でしたが、のどの痛みの訴えも多かったです。頭痛の原因の多くは風邪、感染症からでしたが、心の不調からくるものも多かったです。体と心は連動しているんですね。色々悩みすぎて体に不調が来ている時こそ、ゆっくり過ごしたり、たっぷり寝たり、あるいは、思い切って体を動かしてみる、美味しいものを食べる等の自分なりの対処方法で、体がすっきりすると心も回復することもありますよ。

～『三冬枯木花』さんとうこぼくのはな～

訪問したお宅にステキな掛け軸が飾られていました。禅語のひとつで、12月から1月の三冬の寒い季節に、枯れ木が花を咲かせることがあるそうで、枯れ木であっても内に秘めた力があれば花を咲かせることができるという意味だそうです。私達もつらい時期の中であっても、ポツと咲く花もあるんだ…と思って、夢や希望をあきらめずに努力する事は大切だなと感じさせられます。花を咲かすのも咲かせないのも自分次第。3年生の皆さんとは、もう少しでお別れですが、それぞれの道で、自分だけの素敵な花を咲かせることができますように。応援しています。

三冬枯木花