



この一年間、みなさんはどんな花を咲かせたでしょうか。大きい花、小さい花。まだつぼみの人もいるでしょう。いつか花を咲かせるために今は活動を休んでいる人もいます。あなたのまいた種は必ず育ち、花開きます。枯れそうになってもあきらめず、水や肥料をやり続けて下さい。これからもずっと応援しています。



2月末まで 今年度の保健室での様子



- 1時間休養した人数 **91人** (昨年の約半分) ● 来室者が多い曜日 **水曜日**
- 来室者の多い月 **6月** ● 一番多い病気 **気持ち悪い** ● 一番多いケガ **すり傷**
- 悩み事での来室者数 **23件** ● 一番多い悩み事 **1位友人関係 2位勉強の事**

一年間を振り返って... 1学期は新しいクラスになじめず、友人関係等上手くいかず授業に行くことも苦痛に感じていた人が多かったように思えます。2学期に入っても夏休みモードが抜けきれず、保健室に来室していましたが、2学期後半は始業のチャイムが鳴る前に気持ちを切り替え、頑張って授業へ行ってくれました。来年度も、この調子できまりを守り、皆さんが気持ちよく使える保健室になるよう協力して下さいね。よろしくお願いします。

どんな一年でしたか？

■身長	4月	cm	→	3月	cm
■体重	4月	kg	→	3月	kg



できなかったことがあればその理由をよく考えよう！

- あまり夜ふかしをしなかった
- 毎朝ゆとりをもって起きられた
- 朝ご飯を毎日食べた
- からだの調子はまあまあよかった



一ないやすい耳の病気一あれこれ

- 外耳道湿疹・・・耳をいじりすぎて耳に湿疹が出来た状態
* 耳を清潔にし触らないこと
- 耳垢栓塞・・・耳あかがたまって固まってしまった状態
* 耳鼻科にかかりましょう
- 滲出性中耳炎・・・鼓膜の奥に液体がたまった状態をいう
* 耳鼻科にかかりましょう



3月11日を忘れないでください！

6年前、東日本大震災が起こった時、皆さんは何をしていましたか？あの日から、人生が大きく変わった人がたくさんいます。今でもあの時の恐怖におびえて暮らしていたり、自宅があの日そのままの方もいます。震災直後はマスコミなどが大きく取り上げ、義援金なども沢山集まりましたが、いまはどうでしょう？忘れないでください。あの日のことを・・・。まだまだ復興途中の東北を応援しましょう！

3月 爪は伸びるよ

手と足の爪では、よく使う手のほうがよく伸びます。

ほんとだね！手の爪は1週間(1がい)に1回(1かい)だけ、足の爪は2週間(2がい)に1回(1かい)切ります。

ほくは足の爪のほうが早く伸びるよ。

だって足をよく使うから！

下アパを履いて開けてはいけません!!