

保健だより



令和5年3月
飾磨工業高校
全日制保健室
No.10

令和4年度も終わります。1年間、元気に過ごせましたか？

本校保健室では、救急搬送はありましたが、幸い、命に関わる大きなけがなどはなかったです。新型コロナウイルスも落ち着いてきていてマスク着用の考え方が見直されていますが、基本的な生活習慣を続けて、免疫力アップ！の感染対策は続きます。

令和5年度も元気にいきましょう★



新学期以降の学校におけるマスク着用等の考え方

- 学校教育活動に当たって、マスクの着用を求めないことを基本とします。
 - 引き続き、マスクの着用が推奨される場面もあります。
 - ・登下校時（通勤ラッシュ時）に混雑した電車やバスを利用する場合など
- ※新型コロナウイルス感染症が、本年5月8日に5類感染症に位置付けられる予定であることに伴い、今後、マスク着用以外の感染症対策についても見直しが行われるほか、学校保健安全法施行規則等の改正を予定されています。

また、分かり次第連絡します。登校前の検温や手洗い、咳エチケット等は続けてください。

「支援先につなぎたい」「悩みを相談したい」ときは

こころもメンテしよう <https://www.mhlw.go.jp/kokoro/youth/>
24時間子供SOSダイヤル 0120-0-78310
いのちの電話 0120-738-556 チャイルドライン 0120-99-7777
子どもの人権110番 0120-007-110

ひょうごっこ SNS 悩み相談



キャンパスカウンセリングのご案内

4・5月の予定

4月26日（水）13:15～16:15（船引先生）
4月27日（木）13:15～16:15（大西先生）
5月26日（金）13:15～16:15（船引先生）



保護者の方もご利用いただけます。
ご希望がございましたら、担任または保健室へご連絡ください。無料です。
TEL: (079) 235-1951

学校管理下でケガをして受診した人は、治療費が返ってくる場合があります。（日本スポーツ振興センター災害共済給付制度）手続きの際に必要な書類があるので、保健室（岸根）まで報告してください。

3月9日は「サンキュー」＝「ありがとう」の日

飾磨の先生方から、サンキューメッセージをいただきました。たくさんの「ありがとう」を聞くと気持ちがとても温かくなります。ありがとうございます。



あたりまえをありがとうに



これって
あたりまえ？



「あたりまえ」とは、そうあるべきこと（＝当然）や、ありふれていること（＝普通）という意味。一方「ありがとう」は、めったにない・めずらしいことを意味する「有り難い」からできた言葉で、みなさんが知っているように感謝の気持ちを表します。

3月9日は「サンキューの日」。やってもらって「あたりまえ」ではなく、「いつもありがとう」と伝えられたら、ちょっとだけハッピーになれるかも!?



生徒の「ありがとう」メッセージです。
 日頃から伝えられている人も、なかなか言葉にはできていない人も、この機会に気持ちを伝えよう!!
 一部を紹介します。保健室前にありがとうの木が満開なので、見に来てください。



みんなへ
 いつも助けてくれてありがとう。今度は自分が助けられるように頑張ります!

3年生へ
 3年間部活のことも覚えてくれたことありがとうございます。卒業後もいろいろがんばってほしい。

先輩方へ
 部活でたくさん指導していただきありがとうございます。

クラスの皆へ
 入学した頃は不安ばかりでしたが、皆のおかげでとても楽しかったです。皆ありがと。また来年、来年思い出さう! これからの学校生活も、よろしく願います。

父へ
 いつもお仕事が忙しそうですが、道路の相談や会社企業に関する質問に親身に答えてくださり助けてくださる人間に感謝です。

お父さんへ
 いつも仕事に家事にありがとう! 部活をするにもいつも良い意味で厳しく指導し、悩んだ時は味方になってくれてお父さんのおかげです。いつも絶対頑張ります!

両親へ
 今まで育ててくれてありがとう

お母さんへ
 いつも家の家事をしてくれてありがとう。僕もできるだけ家事を手伝うので、これからもっと頑張ります。

クラスの皆へ
 入学してから1年がたちました。この1年でたくさんの思い出が出来たのは、皆のおかげです。これからも皆ありがとう。これから思い出がたくさん出来るようにしよう!!

この1年間おかげさまで、この仲間の中で、いろいろ救われてありがとう。今までありがとうさまで、また仲間を救ってあげよう。

やってみよう!
 手話で伝える **ありがとう**

3月9日は「サンキューの日」。日頃からお世話になっている人に「ありがとう」の気持ちを伝えてみてはいかがでしょうか?

もしも家族や友だちに耳が不自由な人がいたら、「手話」で伝えてみましょう。簡単なので、ぜひ覚えてみてください。

手話の「ありがとう」

右手を垂直に立て、こまゆびで左手の甲をトンと叩く

手話と一緒に、ニコッと笑顔を添えれば、「ありがとう」の気持ちがグーンと伝わりやすくなりますよ。