



ほけんだより



第12号
R6. 3. 8
浦安市立明海中学校

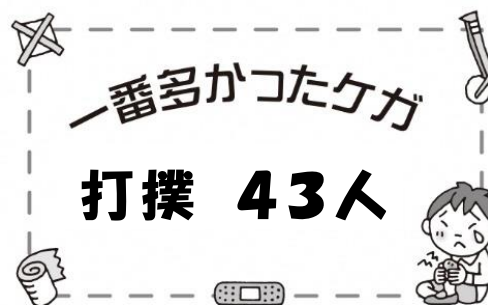
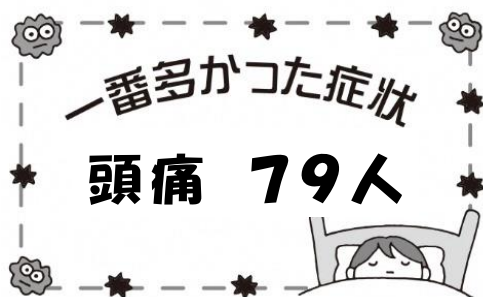
暖かい春の日差しを感じる日もあれば、真冬のように冷え込む日もあり、例年よりも気温の差が大きくなっています。手洗い・換気等で感染症を予防しながら、卒業式・修了式まで、元気に学校生活を送れるようにしたいですね。



保健室や健康に関する1年間の様子について振り返りましたので、お知らせします。



4月から2月末までの来室者の状況です。
(延べ人数)



<一年間の様子>

4月

88名の新入生を迎えました。

新型コロナウイルス感染症流行により3年間続いた「**健康観察カード**」による健康観察が終了しました。

裏面に続きます

5月

連休明けから、**体育祭**練習が始まりました。短い練習期間でしたが、団結して頑張りました。

新型コロナウイルス感染症が第5類となり、制限が緩和されました。

また、3年生が**修学旅行**で石川県に行きました。

6月

定期テスト後に体調を崩す人が増えました。学校全体として、**体調不良者の多い月**でした。

関東南部は6月上旬に**梅雨入り**しましたが、6月後半になると雨の日が長く続かず、降水量は平年の半分位だったようです。

7月

気温が高くなり、**熱中症警戒アラート**が発令される日もありました。暑さに注意しながらの学校生活となりました。

光化学スモッグ注意報が発令される日もあり、外での活動が制限されることも多かったです。

8月

夏休み中も毎日のように**熱中症警戒アラート**が発令され、**記録的な暑さ**が続きました。

25日から**2学期**が始まりましたが、体調を崩してお休みする人が多かったです。

9月

2年生が**林間学校**に行き、野外でたくさんの活動をしました。

また、保健委員会で**生活リズム調査**を行いました。保健委員が集計をし、その後の取り組みについては、後期委員に引き継ぎました。

1・3年生対象に**いのちの教育講演会**が行われ、助産師さんのお話を聞きました。

10月

合唱祭に向けて練習が始まりました。20日に本番を迎えるはずでしたが、**インフルエンザ**が流行し、11月1日に延期になりました。当日は文化会館で、マスクを外して歌うことができました。

また、1年生が**校外学習**で鎌倉に行きました。

11月

1年生とJ組の教室で、**歯のすこやか教室**が行われました。

歯科衛生士の方が来校され、クラスごとに口と歯の健康についてお話を伺い、自宅で歯みがき練習を行いました。



12月

芸術鑑賞教室が行われ、劇を通して物を大切に使うことについて考える機会となりました。

寒い時期の健康管理として**加湿機**の使用が始まり、保健委員が給水や清掃などの管理を担当しました。また、教室のよりよい換気方法を確認するため、保健委員が第1回目の**換気調査**を行いました。

1月

9日から**3学期**が始まりました。3年生の**入試**も本格的に始まりました。

9月に行った生活リズム調査の結果、運動量が減っている学年があることがわかり、昼休みに体を動かすきっかけを作ることを目的に、保健委員会で**クラスごとのレク**を企画しました。

また、講師の先生を招き、2年対象の**薬物乱用防止教室、救命救急講習**が行われ、学びを深めることができました。

2月

積雪し、久しぶりの雪景色となりました。かわいい雪だるまの姿も見られました。

寒い時期の健康管理のため、保健委員が2回目の**換気調査**を行いました。

みなさんにとって、令和5年度はどのような1年間だったでしょうか。自身の健康や生活習慣についても振り返ってみてくださいね。