



# ほけんだより



第12号  
R8. 3. 10  
浦安市立明海中学校

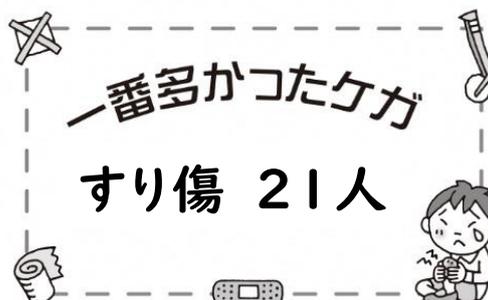
暖かい春の日差しを感じる日もあれば、真冬のように冷え込む日もあり、気温の変化が激しくなっています。服装の調節・手洗い・換気等で感染症を予防しながら、卒業式・修了式まで、元気に学校生活を送れるようにしたいですね。



保健室や健康等に関する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  
**71名の新入生**を迎えました。  
1・2年生2クラス  
3年生3クラス  
J組2クラス  
**合計9クラス**で  
令和7年度がスタートしました。

5月  
**体育祭**に向けた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。  
すり傷や手のまめ・足の痛み、暑さによる体調不良での来室が多かったです。

6月  
**プール学習の準備**として、プール清掃が行われました。  
**創立20周年記念の航空写真撮影**も行われました。暑い中、頑張りました。  
また、1年生が**校外学習**で上野・浅草に行きました。

裏面に続きます

7月

気温が高くなり、**熱中症警戒アラートが発令**される日が増えてきました。

アラートが発令されていない日も、**暑さ指数が「危険ランク」**の時間帯は、外での活動が制限されました。

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。

2年生対象に**思春期講演会**（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。

9月

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。

また、3年生が**修学旅行**で京都・奈良に行きました。**熱中症予防対策**をして臨みました。

10月

**合唱祭**に向けて、校内に歌声が響いていました。体調不良者が多いときは、マスクをして練習することもありました。

また、2年生が**林間学校**で茨城に行きました。10月下旬であったため、熱中症の心配はありませんでしたが、野外活動で使用する水は冷たく、夜はかなり冷え込みました。

11月

全国的に**インフルエンザ**が流行しました。明海中でも1年生の欠席者が多くなり、学年閉鎖となりました。

また、1年生の教室で、**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

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。

**創立20周年式典・記念イベント**が、小中合同で行われました。

1月

6日から**3学期**が始まりました。

2年生対象の**薬物乱用防止教室**が行われ、講師の薬剤師の先生から、違法薬物や市販薬の使い方などの話を聞きました。



2月

**インフルエンザ**が再度流行し、1年生が**学級閉鎖**を行いました。

3C教室で**学校薬剤師の先生による空気検査**が行われました。扉や窓を開けて常時換気をしていたため、基準範囲に保たれていました。

また、2年生を対象に、市役所の保健師さんによる**講演会「がんについて考えよう！」**が行われ、がんの統計、発生の仕方、主な原因、予防方法についての話を聞きました。

みなさんにとって、令和7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。