

感想を聞くと、「まあ聞いちゃって、中何言ってるか聞くと余計な話なんじゃないか」と。それ、おとなの心の中、ナイス!!

日没が早くなりました



気をつけて帰ろうね

ほっと

No.15

2024.11.15発行

甲田中学校 保健室 種市

短所は長所？とらえ方を変換してみよう！

先日、面接ノートの自己PRとにらめっこをしている3年生を見かけました。『あれ？書かないの？』『いや～、書けることがなくて…』と。確かに、自分の「よくないところ」は言えるけど、「よいところ」となると難しいですね。人に言われても、「いや、そんなことは…」と言ってしまう気がします。「自分はなんでもできる！」というような自信をもつ必要は、全くありません。「自分は〇〇なところあるけど、でもそれって□□はできることだよ」と、自分の短所のとらえ方を変換できれば、長所になり気持ちが楽になるかも。ヒントをだしますので、参考にしてくださいね

とらえ方変換 (性格編)		とらえ方変換 (状況編)	
優柔不断	じっくり考える	問題が起こった	改善のチャンス
理屈っぽい	論理的な思考ができる	めんどくさい	やりがいがある
ルーズ・だらしない	おおらか	苦手なこと	できたらすごい！克服できたら感動
口答えする	強い信念がある	無理・できない	挑戦に値する
引っ込み思案	注意深く行動できる	前例がない	歴史に残る ファーストペンギン
そそっかしい	とりあえずやってみよう！と前向き	批判された	貴重な意見を聞いた
飽きっぽい	切り替えが早い、見つけるセンスが発達	10人のうち8人が反対	10人のうち2人も賛成してくれた

いい(11)くう(9)き

11月9日は換気の日

換気のポイントは？



窓を1箇所開けたただけだと
うまく風が流れない
(風の入口と出口が必要)



2箇所でも同じ方向の窓だと
新鮮な空気があまり部屋の中を循環せず外に出ていく



2方向の窓を開けても
近い位置だと狭い範囲でしか
空気が循環せず非効率

2箇所、2方向、対角線上にある
窓を開けると、部屋全体の空気を
効率的に入れかえられます！



風が入りにくいときは
入口の窓は小さく開け、
出口を全開にするとよい

治療の再案内



夏休み前に、健康診断の結果治療が必要な生徒に受診案内をしました。治療カードを提出していない方に、長期休みに受診していただけたらと思い、再度案内を配布します。「治療が終わったけど、カードを提出していない」方は、面談時にその旨を記載いただき、提出してください。

1・2年防災教室

10月に1年生は、避難所について考えるワーク、2年生は甲田小・金沢小5年生と一緒に避難所運営体験をしました



甲田中が避難所になった時に、どこに誰を難させる？ 段ボールを使って部屋を作ります！

学校にあるもので、担架を作るには何を使う？