



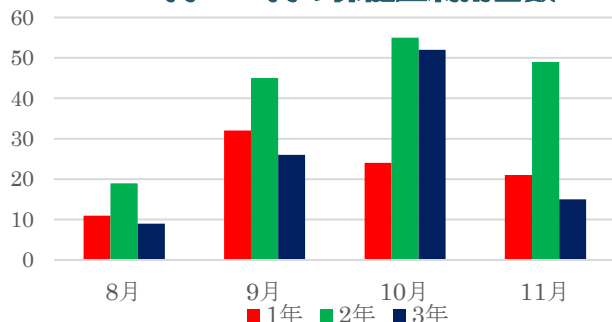
PTA 例会
12月号

ほっと

No.17
2024.12.13発行
甲田中学校
保健室 種市

保健室の様子

8月～11月の保健室利用者数



	内科		外科	
1位	頭痛	(89)	痛み	(31)
2位	体調不良	(77)	打撲	(17)
3位	気分が優れない	(37)	切り傷	(13)
4位	腹痛	(32)	擦り傷	(12)
5位	月経痛	(14)	捻挫	(6)

来室理由の1位は「頭痛」です。寝不足、天候、疲れと理由は様々ですが、「ベッドで休むと回復する」生徒が多いです。悪化する場合は薬も必要ですが、「どんな時になりやすいのか？」を把握し、適切にケアして生活が送ることができればと思います。内科の3位「気分が優れない」は、悩みを訴え相談した件数です。保健室ではアドバイスもしますが、話を聴いて、表現できないモヤモヤを「〇〇ってことかな？その時〇〇で悲しかったのかな？」と表現させることを優先しています。学校の事情、親の事情、いろんな事情の中で生徒は育っていますが、まずは「その生徒の事情」を理解し本人が表現できれば、自らの足で少しずつ解決に向かっていくのかなと感じています。

個別の保健指導

三者面談では、進路指導や学習の様子以外にも、必要な生徒に個別の保健指導（治療状況の確認、フッ化物洗口について）を実施しました。「黒板の文字が見えづらい」「フッ化物洗口を試しにやってみてから決めたい」など、紙面だけでは分からない思いや状況を把握できてとてもよかったです。いつでも、気になることがありましたら、ご相談ください。

学校歯科医による歯垢染色剤提供

12月5日に1学年を対象に行った、歯科指導教室の際に、学校歯科医の山田先生から、綿棒タイプのプラークテスター（歯垢染色剤）をいただきました。

- ①中学校に入る時期に、7番目の歯が生え始めてくるので、出ているかどうか確認すること
- ②生え始めた歯は、むし歯になりやすいので、特に気を付けて磨くこと
- ③染め出し剤を使用して、磨けているかどうか確認してほしい

1年生には全員に、2・3学年には希望者にお渡します。必要な人は声をかけてください。



冬季休業中のお願い

■感染症予防

年末年始は人と交流することが多いと思います。引き続き、感染症予防のためにも、健康観察を行い、三密を心がけるようお願いいたします。また、インフルエンザの流行も考慮し、特に受検を控える3年生、修学旅行を控えている2年生は予防接種について各家庭でご相談の上、受診してください。

■ゲーム・スマホ以外の活動を増やす

自由な時間が増え、スマホ・ゲームをする機会が増えると思いますが、あっという間に冬休みは終わり、また学校生活が始まります。登校日が近づくにつれ、不安がいただかないように、スマホ・ゲーム依存にならないためには、できることを増やしたり、人と交流することが大切です。冬休み中は、一緒にTVを見ながら会話する、買い物に出かける、雪かきの手伝いをさせる、スマホ利用時間を決めて守らせる等、少しでもスマホ・ゲームから離れられる時間を作ってあげてください。