



令和6年1月29日

山形東高等学校

No. 8



早いもので令和6年になって早3週間が過ぎました。能登半島地震で被災された方々を思うと胸が痛くなります。東日本大震災3・11で経験した辛いことがよみがえり暗澹とした気持ちになりました。いつどんな時でも災害は起きるのだということを忘れずに防災に対して考えていくべきですね。JRC部では、3年次への受験激励と災害復興を願って1月11日に「希望の灯」を点灯しました。



県内では『インフルエンザ』『咽頭結膜熱』『A群溶血性レンザ球菌咽頭炎(溶連菌)』が警報レベルとなっています。本校では新型コロナウイルス感染症の罹患者が増加しています。引き続き基本的な感染症対策である「手洗い」「手指消毒」「場面や状況に応じた適切なマスク着用」「換気」による予防を心がけましょう。

本校におけるインフルエンザ、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策は下記の通りお願いしていますが再度ご確認ください。(詳細は「はあと6号」をご覧ください。)

- 毎朝登校前に健康チェックをし、さくら連絡網に入力する。→朝のSHRで確認。
- 発熱や咽頭痛、咳などの普段と異なる症状がある場合には、無理して登校しない。
- 家族等周囲に感染者がいて、本人に上記症状が出た場合、出席停止となる。
- 体調が許す場合はオンラインで授業を受ける。(ただし出席扱いにはならない。)
- \*5類化以降、新型コロナ予防やインフルエンザ予防のワクチン接種及び副反応による欠席は、出席停止になりませんので、ご注意ください。(一部例外を除く)

## 【学校保健委員会について】令和5年11月14日(火)開催 前号の続き

### <学校医>

\* 川島先生：精神的な理由での来室は、最近減ってきているという認識でいいか。

養護教諭→減ってきているわけではないが、見えないところで生徒は担任や保護者などいろいろなところに相談しているようで、相談機能が働いていると感じることもある。今後も生徒がストレスが多い生活状況に置かれていることを思いつつ対応していきたい。

\* 歯科太田先生：清涼飲料水などpHの低い飲み物をだらだら飲んでいると、歯を溶かしてしまうので注意が必要。また、他校でスポーツで前歯を折る事故があった。接触スポーツではなるべくマウスピースを入れて歯を保護してほしい。

\* 歯科齋藤先生：男女とも虫歯が少なく大変良い。歯科矯正をしている生徒が多く歯並びは良いが、噛み合わせが良くない、口が空きにくい生徒がいるのが気になる。

- \* 薬剤師笠原先生：貯水槽の水質検査は良好。別の機会にも飲料水の検査はした方がいいと考えている。プール水の検査結果も良好。保健室のベッドのダニアレルギー検査については、＋で良好な状態。たまたま寝具の掃除機かけ、天日干しをやっていただければ。(研究発表について) カフェインは処理能力は上がるが、体内で分解され半分に減るまで4~6時間かかるので、遅い時間は避けた方がよい。
- \* SC 佐藤先生：毎年高校1年生のとまどい(高1クライシス)が見られる。通学時間、部活、課題の多さなど、学業でつまづいたと思ってしまう生徒が多い。高2で理系クラスに行つて悩む生徒がいる一方、文系クラスに行つてほっとする生徒もいる。YouTube 依存から逃れられない生徒がいる。勉強に依存して、と話している。人間関係の悩みの相談もある。素直で良い子がさらに増えてきたと感じる。一方、はみ出ることを恐れたり許してもらえないと感じて悩む生徒もいる。

〈保護者〉

- ・共通テストが近づき、焦ったり不安になったりしながら過ごしていると思う。親も一緒に悩みながら3年間過ごしてきた。最後まで応援していきたい。
- ・スマホによる視力の低下が心配。時代の変化を感じる。再検査の紙をもらうが、時間がなかなか取れない。子供も受験が終わってから行くと言うので、もう一度紙をもらえると行く気になるのでは。  
養護教諭→頭痛や肩こりなどで来室する生徒には個別に指導している。検討していきたい。
- ・保健委員会の発表を見られて子の頑張りが見られてよかった。良い機会だった。
- ・スクールカウンセラーの先生の話がよくあてはまるので、我が子だけではないと知ることができた。
- ・女子のトイレが古く和式も多い、寒いなど設備についての話を聞く。環境がよくなってほしいと思う。教室と廊下の寒暖差が大きく体調が整えにくいので、環境が少しでも整ってほしいと願っている。  
事務部長→トイレの洋式化は全県的に対応している。本校は今年は6箇所工事する。教室棟では和式はほぼ無くなる。校舎も古く申し訳ないが、今後もやれる範囲で対応していく。特別教室の冷房設置もまだ進んでいないが、予算的に厳しい。今後も猛暑が続くことが予想されるため、県に要望していく。
- ・保健講話をしていただきありがたい。自転車のヘルメット着用を保護者としても促していきたい。
- ・毎月のテストや予習復習で未だリズムがつかめていないようだ。自分のものさしを見つけてくれるよう見守っている。日常で取り組める呼吸法やストレッチなどは学校で教えていただいているのか。  
養護教諭→機会は様々あるが、体育の授業でやるのが良いと思われるので伝えたい。

## カウンセラー相談

面談時間の調整が必要ですので、事前に担任か保健室へ申し込んでください。お気軽にどうぞ！

佐藤宏平 先生・・・・・・ 2月 8日(木)

永田悠芽 先生・・・・・・ 2月26日(月)

## 養護教諭のつぶやき

養護教諭免許を取得するために、何十年も前ですが金沢市内の大学に在籍していました。当時、大学は金沢城の中にあつたので、毎日兼六園を散歩していましたね。もちろん輪島方面にもよく行きました。被災地の映像を見ると震えがきます。何が起きるかわからないと暗い気持ちになりますが、山東生の頑張っている姿と笑顔に元気もらっています。生徒会の能登半島地震復興募金活動も始まっています。私もできることをしていきたいと思います。

今月のおすすめ精油は「セージ」です。薬草や茶、肉の臭み消しなどに使われソーセージの語源になったとも言われています。強力な抗菌作用や抗ウイルス作用を持つため、喉のケアなどにいいそうです。