



令和5年2月1日
練馬区立大泉中学校
2月号 保健室

2月になりました。2月4日は立春です。この日は春の始まりとされる日です。
まだまだ寒い日が続いていますが、引き続き毎日の健康観察をしっかりと行い、感染症予防に努めましょう。
最近、「マスクが汚れたのでください!」と保健室に来る人がとても多いです。マスクが欠かせない生活が続いています。エチケットとして、マスクの替えも忘れずに持ってきてくださいね。



後期保健委員会 手洗いについての発表

1月16日の全校朝礼で、保健委員会の代表生徒から手洗いの大切さを伝えるための発表がありました。寒天に手を押しつけて細菌の観察を行う「寒天培地」の実験と、手洗い専用クリームを塗りブルーライトで手の汚れている部分を確認する「手洗いチェッカー」の実験結果をみなさんにお知らせしました。手洗いの大切さについて、再確認してもらえたかと思います。石けんで丁寧に手を洗うこと、清潔なハンカチで手を拭くことを改めて意識してくださいね。

保健委員会のみなさん、発表の準備から本番まで、ありがとうございました！！



2月5日は「笑顔の日」です

2月5日はニコニコの語呂から「笑顔の日」といわれています。
笑顔には、体の免疫力を高めたり、リラックス効果があったりと、健康のためにとても良い力があります。
お互いが笑顔になれるような気持ちの良い言葉づかい・行動が意識できたら良いですね。

～先生がほっこり笑顔になったお話～

保健室の先生たちは、保健室で休養した人が教室に戻ってから、使ったままになっている毛布をたたんだり、枕カバーを交換したりします。

この前、保健室で1時間休憩をした後、「まだ治っていないけれど、頑張ります」と教室に戻った人がいました。いつも通り先生が毛布をたたもうとすると、そこにはその人が綺麗にたたんでくれた毛布が置いてありました。

保健室は体調が悪くて利用するため、お話したような素敵な行動を強制することはできませんが、『自分で使ったものは次の人のために自分で片づける』という行動を当たり前のようにしてくれたのを見て、嬉しくて笑顔になりました。

