

Health letter

高志高校 保健室 R4.3
教室掲示用

今年度もいよいよあと1ヶ月になりました。コロナ禍でいろいろな制約がありましたが、充実した1年になったでしょうか。来年度に向けて、新たな期待や不安が出てくる時期かと思えます。来年度をどのように過ごしたいかしっかり考え、準備していきたいですね。

健康診断後の改善・治療率

今年度の歯科治療、視力改善の状況は

歯科治療率

50.3%

視力改善率

67.3%

右の通りでした。まだ約半分の生徒が治療を終えていません。新年度には健康診断があります。今年度中に治療が終わっている方が気持ちいいですね。春休みなどを利用して治療を完了しましょう。

本年度保健室利用状況(2/22まで)



今年度の保健室来室者数は延べ753名で、1日の平均来室者数は4.4人でした。保健室を利用した人もそうでない人も、今年1年の自分の健康管理を振り返り来年度に活かしましょう。

◎来室状況

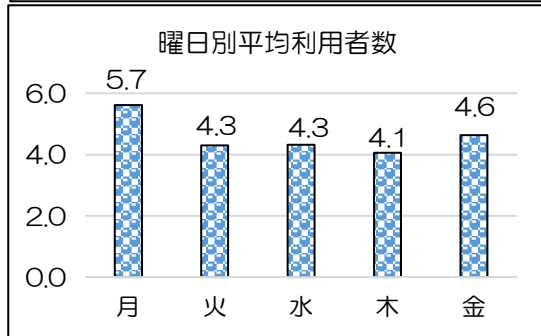
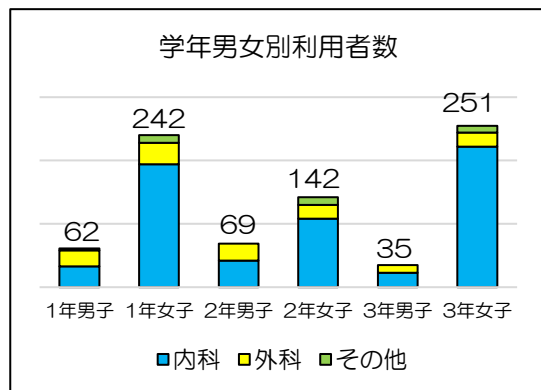
- 内科：1位 頭痛（198名）
2位 気分不良・倦怠感（126名）
3位 胃・腹痛（125名）
- 外科：1位 きず（47名）、2位 捻挫・突き指（45名）、3位 打撲（19名）
- 相談：主に人間関係・学校生活に関すること

◎学校でのけがによる受診状況 50件

（災害給付申請状況より）

保健委員会活動

今年度の保健委員会では、4～6月に行われる健康診断の補助、献血の呼びかけやポスター作り、新型コロナウイルス感染症対策として昼食時の放送、保健室前の掲示物作成などの活動をしました。新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴い、委員会として今後も引き続き、予防の呼びかけを行っていきます。皆さん自身も学校生活や家庭での感染対策をこころがけましょう。



ヘッドホン難聴に気をつけて！

ヘッドホンやイヤホンを使えば、どこでも音楽を楽しめますが、聴き方・使い方を間違えると耳を傷めたり、聞こえにくくなったりすることがあります。

ヘッドホン難聴(イヤホン難聴)は、じわじわと進行し、少しずつ耳の聞こえが悪くなっていくため、初期には難聴を自覚しにくいことが特徴です。

ここが危ない！大きな音で聴いている

ここが危ない！長時間聴いている

ここが危ない！高い周波数の音を聞いている

耳鳴りや耳が詰まった感じがしたら使うのをやめよう

※しばらく休んでも治らなければ、耳鼻科を受診しましょう！

⚠️ながら運転は危険です

自転車に乗る際にヘッドホンやイヤホンをしていると、周囲の音が聞こえにくくなるため、事故を引き起こすリスクが高まります。自転車に乗りながらヘッドホン・イヤホンをつけるのはやめましょう！

自転車に乗る場面以外でも「子どもの声」「車の音」「ホームのアナウンス」などといった周囲の音が聞こえないことで、事故につながる場合もあります。ヘッドホン・イヤホンを使う「場面」と「音量」には十分気をつけましょう。

