

ほけんだより

京都橘中学校・高等学校

No.15 保健室

2025・3・19(水)



暖かい日が少しずつ増えてきました。この頃に降る優しい雨を『甘雨』^{かんう}といいます。草木に柔らかく注ぎ、草木の成長を促す雨という意味だそうです。

みなさんのこの1年も色々な人の温かい思いや言葉が、この甘雨のように降り注いでいたかもしれません。成長したみなさんの次の学年での活躍を楽しみにしています。



2024年度の来室記録より

全体来室者数：1569人(中3・高3含む)

中学：406人 高校：1163人

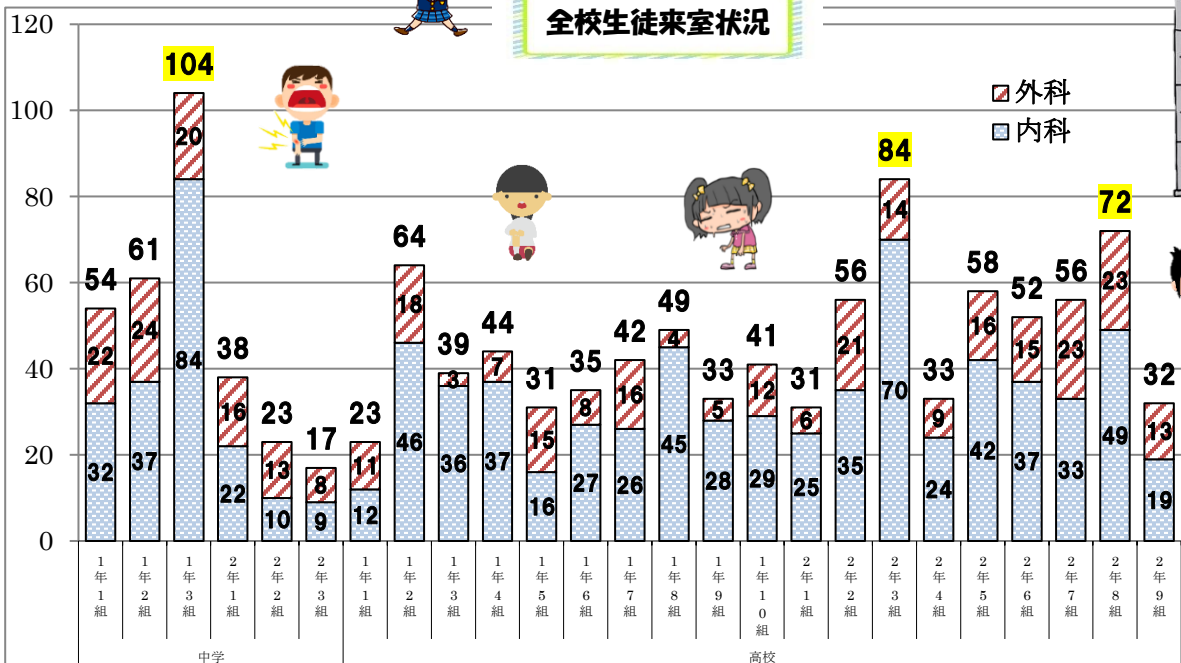
内科：1100人 外科：469人

みなさんは、この1年をどんなふうに過ごしましたか？体調の悪い日が多かった人は朝一番のセルフチェックの習慣をつけてほしいと思います。しっかり、自分で管理できるようにできるといいですね。

保健室



全校生徒来室状況



あたりまえを「ありがとう」に



これってあたりまえ？

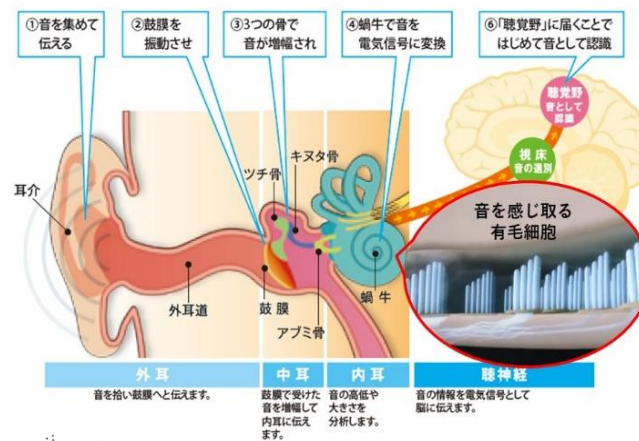


「あたりまえ」とは、そうあるべきこと(=当然)や、ありふれていること(=普通)という意味。一方「ありがとう」は、めったにない・珍しいことを意味する「有り難い」からできた言葉で、みなさんが知っているように感謝の気持ちを表します。やってもらって「あたりまえ」ではなく、「いつもありがとう」と伝えられたら、ちょっとだけHAPPYな気持ちになれませんか？

ヘッドホン難聴って何？

大音量の音楽などをヘッドホンやイヤホンで聞くことによって起こる難聴を「ヘッドホン(イヤホン)難聴」と呼びます。耳の中の「有毛細胞」が傷つき壊れてしまうことが原因です。有毛細胞は、耳から入ってきた音(振動)を電気信号に変えている場所です。電気信号が脳に伝わることで、私たちは「聞こえる」と感じます。そのため有毛細胞が壊れると音が聞こえなくなってしまうのです。

■ 耳の構造と役割



こんな症状があれば要注意！！

- 耳が聞こえにくい
- 耳が詰まったような感じがする
- 耳鳴りがする

1つでも当てはまったら、
早めに受診をしましょう

今年度最後の「ほけんだより」となりました。

自分の健康は自分で守れるみなさんであってほしいと願って、配信していきたいと思っておりますので、次年度もまた読んでくださいね。

失敗するのモ自分
成功するのモ自分
駄目なのモ自分
凄いのモ自分

自分への
挑戦

須永 雄生

あきらめるのモ
自分
あきらめたい
のモ自分
人生はすべて
自分しだい
自分の努力と
挑戦です
それがどこまで
つづくかです

