



保健だより 3月

穏やかな日ざしにいつしか春の訪れを感じるこのごろです。

一年を振り返り、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い様々な場面で制限のあるなか、工夫をしながら「今自分たちにできることは何か？」を考え行動し前進した一年ではなかったでしょうか？次年度もコロナ禍の余波は続くでしょう。しかし、この大きな変化を受け止め感謝の心を忘れず新年度も前進してください。

● 保健室利用状況・・・利用回数 1487 回 利用者数 364 人

生徒全体の61%の人が何らかの理由で保健室を利用しました

学年	クラス	人数	合計	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	利用者合計 の学年内での割合	全利用者 合計に占める割合	利用者	利用者のク ラス人員に 対する割合	利用者一人 当たりの利 用回数
1	1	40	108	8	14	13	7	7	12	9	10	21	4	3	0	22.8	7.2	25	62.5	4.3
	2	40	70	3	5	7	5	2	10	11	7	14	5	1	0	14.8	4.7	24	60.0	2.9
	3	40	73	3	15	8	10	2	13	2	5	8	5	2	0	15.4	4.9	26	65.0	2.8
	4	40	121	2	14	23	8	5	2	10	17	15	17	8	0	25.5	8.1	27	67.5	4.5
	5	40	102	3	8	7	10	5	5	17	13	18	7	9	0	21.5	6.8	27	67.5	3.8
合計		200	474	19	56	58	40	21	42	49	52	76	38	23	0	100.0	31.7	129	64.5	3.7
学年	クラス	人数	合計	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	利用者合計 の学年内での割合	全利用者 合計に占める割合	利用者	利用者のク ラス人員に 対する割合	利用者一人 当たりの利 用回数
2	1	37	173	3	8	14	5	9	18	21	15	38	31	11	0	28.8	11.6	26	70.3	6.7
	2	37	133	6	7	20	9	4	19	24	11	21	8	4	0	22.1	8.9	23	62.2	5.8
	3	36	39	3	5	3	4	4	6	5	0	2	4	3	0	6.5	2.6	20	55.6	2.0
	4	43	96	10	15	12	8	2	10	6	9	12	7	5	0	16.0	6.4	32	74.4	3.0
	5	44	160	10	11	13	8	7	22	28	14	22	20	5	0	26.6	10.7	31	70.5	5.2
			0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0	0	####	####
合計		197	601	32	46	62	34	26	75	84	49	95	70	28	0	100.0	40.3	132	67.0	4.6

● R3年度保険申請件数 32 件

	1年	2年	3年
男	6	6	3
女	10	6	1
合計	16	12	4

内訳 体育での怪我 15 件 部活動での怪我 14 件
その他、登校時自転車で転倒、廊下で躓いた、クラス
マッチでの怪我など3件の申請があり昨年よりも
1%増加しましたが、感染拡大前から比べると18%
減少しています。部活動が自粛される中、体育での怪
我が増えています。新学期も活動の自粛が予想されま
すが、自宅の周辺を走るなど身体を動かすことを意識
しその日のために備えてください。

● 保護者の方へ保健室からのお願い。保健調査票について

担任の先生を通じ保健調査票を返却します。保健室では大きな怪我や事故などがあった場合この調査票を参考に対応します。緊急時の連絡先の変更や健康上のことで学校に知らせておきたい事がありましたら記入してください。

- 1 加筆、訂正は赤 2 右上に保護者印 (ない場合は再度戻します)
- 3 提出日は始業式4/8(金) ⇒新しい組と番号を記入の上担任の先生へ渡してください。

● 健康観察シートは始業式4/8(金)回収

栃木県内の感染者数は一時よりも減少しているように感じますが、新たな変異株が発症するなどまだまだ注視していかなくてはなりません。春休み中も3密回避を意識して過ごし、新学期元気な姿を見せてください。

● 内緒の話

保健室にいと様々な人が来室します。怪我や内科的な症状以外にもメンタルの面での相談も受けます。悩みは人それぞれですが進級に当たり不安を抱えている皆さんへ、今年度3年生を送り出した学年主任の増田先生にアドバイスを頂きました。前回の磯先生に引き続き、多くの生徒を見守ってきた増田先生だから伝えられること是非参考にしてください。

内緒の話

山本先生から受験に関して1, 2年生に参考となったり元気になったりするコメントをお願いされました。ではここだけの話をちょっとしめます。大学入試は高校入学のときから一般受験で合格をめざしていきます。しかし、佐野東高校では6割以上の生徒が総合型や推薦型で内定しています。成績が良くて、欠席も少ないことが一般的ですが、推薦入試で良くないことは、周りの人と同じこと(特徴が無い)だと思います。例えばAさんは全部の教科が4で平均も4、0に対してBさんは英語5、数学3、残りの教科4で平均が4、0の場合文系ならBさんの方が得することが多い(理系では数学や物理・化学が5の方が良い)といった具合です。勉強が得意でない人の作戦は、通信簿の数字以外に何かアピールポイントがあることです。運動部や文化部では、県で賞をもらったとか、関東大会、全国大会に出場したなどです。

ではボート、カヌー、ダンス、箏曲、吹奏楽でない人はどうしましょうか。英検なら2級や準1級があると良いです。英語の定期テストはできないのに、英検はできる人はいます。あとはボランティア活動です。定期的に地域の為に何か行っている活動に参加していると良いですね。これら以外では小論文が得意で合格してしまう人も毎年います。文・理問わず小論文はしっかりやっておきましょう。自己推薦文で必ず必要になります。指定校を考える以前に、まず自分の良いところをとことん磨きましょう。場合によっては、自分の欠点や不幸が思わぬアピールポイントになることがあります。棋士の藤井聡太さんやスケートの高木美帆さんのような人が、佐野東高校から出てくれることを心待ちにしています。

3学年主任 増田 哲