



今年度も残すところあと1ヵ月となりました。1年間どうでしたか？身体はもちろん、心も大きく成長することができましたか？4月からは学年が1つ上がり、新しい環境での生活が始まります。新たな気持ちで良いスタートが切れるよう、自分自身を振り返り、体調を整えておきましょう。そのためにも、自分の体調で気になることがある人、健康診断などで受診が必要であると通知をもらった人は春休みのうちに受診しておきましょう。



空気検査結果

平成29年1月25日（水）、3限目に102・103教室において二酸化炭素濃度を学校薬剤師さんに測定していただきました。検査結果は次のとおりです。

空気検査結果報告

（平成29年1月25日（水） 3限目 2教室で実施）

二酸化炭素濃度測定結果（基準値：室内は1500ppm（0.15%）以下であることが望ましい）

102HR 生徒数 40名 授業開始 5分間 320ppm 終了前 5分間 420ppm（授業開始前1分間換気）

103HR 生徒数 41名 授業開始 5分間 1200ppm 終了前 5分間 1350ppm（換気なし）

【休み時間に換気をしましょう！】

2教室において二酸化炭素濃度は基準の範囲内でしたが、換気をしなければ二酸化炭素濃度は上昇していきます。二酸化炭素濃度が上昇すると、身体的不快感や学習能力の低下などの影響が出てくることが考えられます。気温が低く寒い日が続きますが、感染症予防・学習能力向上のためにも保健委員が中心となり、こまめに教室の換気を行いましょう！！

日本スポーツ振興センターについて

※請求の時効は2年です。早めに請求しないと、医療費の給付が受けられないことがあります。

学校の管理下でのケガで病院などを受診した場合、日本スポーツ振興センターから医療費が給付されます。以下の規定に該当する人は、保健室まで申し出てください。必要な書類をお渡します。

- ① 学校の管理下であること。（部活動、体育の授業、登下校など）
- ② 受診先で支払った合計金額が 1,500円以上になっていること。

3月24日は世界結核デーです。細菌学者ロベルト・コッホが1882年に結核菌の発見を発表した日にちなみ、1997年の世界保健総会で制定されたもので、世界各地で結核の啓発活動が行われています。世界で新たに結核を発病する人は年間960万人、結核で命を落とす人は150万人と推定されています。結核は低・中所得国を中心に、特に貧困層など社会的弱者と呼ばれている人々の中でまん延しています。

このような状況の中、2015年9月に国連で採択され、地球規模課題への取組みに向けて国際社会共通の目標となった「持続可能な開発目標」の中では、2030年までに結核の世界的流行を終息する、という大きな目標が掲げられました。

世界結核デーの今年のテーマは、“Unite to End TB”（結核流行の終息のために団結しよう（仮訳））。結核は感染者数により高・中・低蔓延国に分けられており、日本は毎年新たに1万8000人程度の患者が発生しており、世界的にみて**中蔓延国**です。

国境のない感染症、結核の流行の終息を実現するために、世界のあらゆる関係者が一体となって取り組むことが求められています。

イヤホンやヘッドホンなどによる難聴に注意

大音量で音楽を聞いていると、内耳にある蝸牛の感覚細胞が傷ついてしまい、耳鳴りやめまいを伴う難聴になる恐れがあります。音楽を聞く時は、ボリュームを控えめにし、ときどき耳を休ませるようにしましょう。1度失った聴覚は、元に戻りません。耳の健康をよく考えて、音楽を楽しむようにしましょう♪

～こんな症状があれば要注意～

- 「キーン」という音が聞こえる（耳鳴り）
- 音がはっきり聞こえない
- 耳がつまったような感じがする

～イヤホンで音楽を聴くときは～

- イヤーパッドなどを使用する
- 音量を上げすぎない
- 長時間に渡って使用しない
- 寝る前などの使用はやめる



3年生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。これから始まる新しい生活に期待と不安でいっぱいだと思います。そんな皆さんに私から少しだけメッセージを贈りたいと思います。

それは、「自分自身を大切に！」です。これから新しい道に進んでいく皆さんには、きっと楽しいことも苦しいことも待っていると思います。でもどんな時も自分自身を見失わず、自分の体も心も大切にしてください。1人で抱え込まず、苦しい時は周りの人に頼ってください。自分自身を大切にできる人は、周りの人のことも大切にできます。

皆さんのご活躍を心からお祈りしています。

