

保健だより

4 月 号

茨城県立水戸第一高等学校
保健室 R2. 4. 27



暖かい春の訪れとともに、新入生323名をお迎えして水戸一高の新学期がスタートしました。昨年度末からこれまで、生徒の皆さんも私たち教職員も今までに経験したことのない生活を余儀なくされています。iPS細胞の研究によってノーベル生理学・医学賞を受賞した山中伸弥先生は、コロナウイルス感染症への対策は「長いマラソン」として情報を発信しています。有効なワクチンや治療薬が開発されるまで、マラソンと同じで飛ばし過ぎると途中で失速し、ゆっくり過ぎるとウイルスの勢いが増してしまう、一致団結して正しい行動を粘り強く守れば、ウイルスの勢いが弱まり、共存が可能になると呼びかけています。困難な時期ではありますが、何よりも皆さんの心身の健康と安全を願いつつ、健康に関する情報を保健だよりでお届けします。

■保健厚生部のメンバーです■

大久保 忍先生 保健主事 英語科

寺田 尚子先生 12組担任 英語科

小島 淳先生 1学年副主任 国語科

大塚 瑞恵先生 教務部 理科

木戸 明良先生 24組副担任 理科

海老澤 恭子 養護教諭

小沼 このみ先生 特別支援コーディネーター 音楽科

保健だよりは養護教諭が作成を担当いたします。宜しくお願い致します。



■マスクをお届けします■

文部科学省より、4月27日（月）に生徒皆さんの分として、布製マスクが届きました。検品をして皆さんにお届けします。

※1年生には、『水戸一高生こころの参考書』も合わせて配布いたします。

2・3年生には3月から4月にかけてすでにお配りしました。何かお役に立つことがありましたら幸いです。

■健康相談日の予定■

5月11日（月）と14日（木）の9時から12時までの間、電話でご相談を受けますので、心身の不調や困ったことがあれば、水戸一高029-224-2254までお電話をください。養護教諭の海老澤（公認心理師有資格）がお名前と連絡先を確認し、折り返しお電話を致します。

■スクールカウンセリングの予定■

熊野 正浩先生（臨床心理士・公認心理師、南山会 酒門診療所勤務）が今年度も本校のスクールカウンセリングを担当いたします。場所は保健室でウェブ会議システムを利用して行う予定です。また、遠隔相談に支障がある場合は電話での相談を受け付けます。お一人の時間は、希望者の人数によって調整し、約30分から50分になります。あらかじめ、担任の先生、あるいは、大久保先生、小沼先生にお申し込みください。5月から7月のカウンセリング日は以下になります。

5月19日（火） 6月 2日（火） 6月30日（火）

7月 7日（火） 7月21日（火）