



## ほ け ん だ よ り 2 月 号



令和 7 年 2 月 6 日  
小 牛 田 高 等 学 園  
保 健 室

寒い日が続きますが、日照時間が長くなり、時折暖かい日があるなど春の足音を感じます。花粉症と風邪がどちらも流行する時期です。症状 が似ているため、判断が難しいです。早めに受診をしましょう。



1 年生と 2 年生対象

### 来年度における薬の依頼書について

#### くすりの種類



**緊急時薬**：発作に伴う緊急 時対応で使用する薬

**定時薬**：朝・昼・晩など定期的に使用する薬

**臨時薬**：風邪など一過性の症 状に伴い使用する薬

#### 書類提出の流れ



2月三者面談で、書類を受け取る

現在、学校に緊急時対応を依頼している場合や質問がある場合などは、面談後に保健室へ

令和7年度の最初の登校日までに書類を提出

\*緊急時薬は、春休み前に返却します。

使用期限と状態を御確認いただき、書類と一緒に提出をお願いいたします。

\*処方されたくすりのみ書類提出が必要です。



1月にお知らせしたとおり、来年度よりくすりに関係する書類が変更となります。  
市販薬については、書類提出は不要です。なにかありましたら保健室にお知らせください。

### 空気検査と照度検査をしました。

1月9日に学校薬剤師の高橋先生に検査をして

いただきました。

検査した場所は、2階教室と3階図書室です。

結果は「異常なし」でした。

高橋先生からは、「空気については、換気をこ

まめにおこなうこと。照度については、電気を

上手に使用して学習してください。」とのことで

した。

### 花粉が 飛び始めています

【花粉症対策3つのポイント】



体 や衣服につけない



家の中にもちこまない



からだの中に入れない

令和6年12月13日にデートDV防止対策として保健講話を実施しました。

保健講話の中で講師の先生から、人との関わり方についてお話をいただきました。その振り返りをしていきましょう。

デートDVとは、「結婚していない恋人同士の間でおきる暴力」のことです。

質問1 人は一人で生きられますか？



答え: いいえ、一人では生きられません。人とつながっていることが大切です。

人とつながる場所とは、「安心できる」「安全である」「互いを尊重できる」「自分らしくいられる」そんな場所です。

質問2 わたしの当たり前は、あなたの当たり前ではない？

答え: そのとおりです。会話には、伝え手と受け手があります。会話は、「キャッチボール」  
と同じです。相手とのずれが生じて「ドッジボール」のように攻撃的になっては  
はいけないということを教わりました。

質問3 暴力のかたちや種類にはどのようなものがありますか？

答え: 身体的、言葉、経済的、性的、デジタル暴力の5つです。これらは、精神的な暴力  
にもなります。

質問4 被害にあったら、あいそうになったら一人で抱え込まず〇〇へ相談しましょう。

答え: 信用できる周囲の人へ!相談窓口へ!相談しましょう。



— 紹介いただいた窓口 —

・認定NPO法人DXP「ユキサキチャット」

・エンパワメントかながわ「デートDV110番」、内閣府「DV相談+」