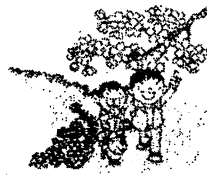
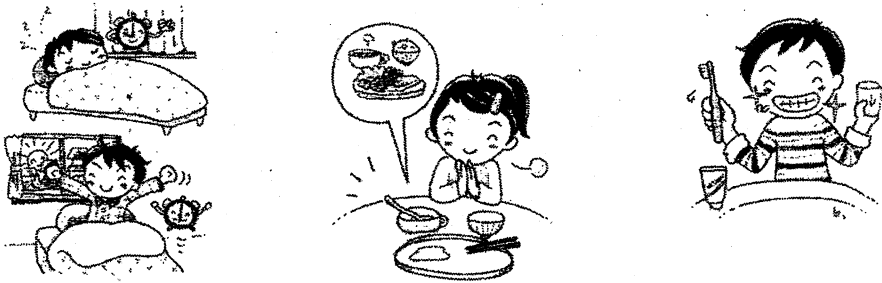


# ほけんだより 3月



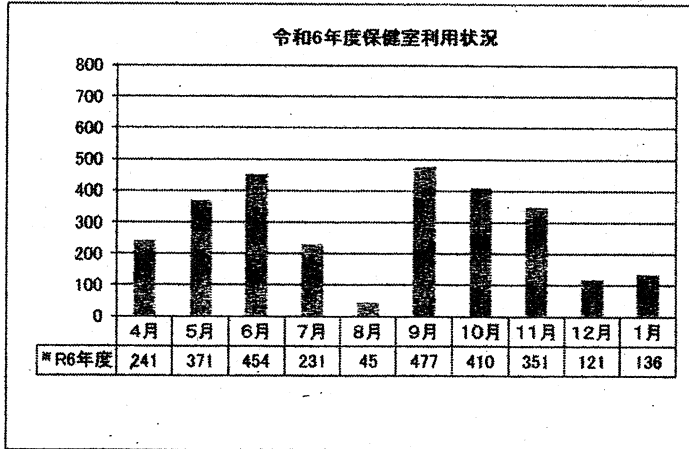
3月1日、本校卒業生39名が翠の杜を巣立っていきました。先生方や保護者の皆様に見守られて、校長先生から一人一人卒業証書を授与され、厳かな雰囲気の中かで式は行われました。3月はまた、締めくくりの月でもあります。在校生はこの一年の自分をもう一度振り返ってみましょう。

## 保健室との約束守れましたか？

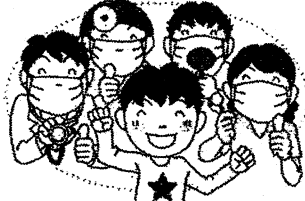


早寝早起きします。必ず朝食を食べます。食後の歯磨きを必ずします。

令和6年度保健室利用状況



## 春休み中に治療しておこう



今年度の利用状況については、表のとおりでした。卒業後の不安もあってか、特に3年生の利用が10月と11月に多かったようです。12月からは進路もほぼ決まり、比較的落ち着いた学校生活を送っていたようです。

## 今年もまた、花粉症の季節がやってきます。

2024年の夏は猛暑となり、花芽の形成に好条件な「高温・多照」という気象条件が全国にかけて揃いました。一方、花粉の飛散量は、前年春の飛散量が少ないと増え、多いと減少する傾向があります。

2024年春は花粉の飛散量が抑えられた地域が多かったことから、2025年春は、2024年に比べ飛散量が増加する地域が多いと考えられます。

## 花粉症の症状と対策

### 主な症状

・鼻水 くしゃみ 目のかゆみや充血

### 対策として

- ・眼鏡やゴーグル、マスクの着用。
- ・家に入る前に花粉を払い部屋に持ち込まない。
- ・手洗いやうがいをして花粉が体内に入るのを予防する。
- ・天気予報で花粉の量をチェックする。



気になる症状のある人や、再検査の指示の出てる人は、春休みの内に受診して治療を受けておきましょう。

令和7年3月18日(火) いわき翠の杜高等学校保健室発行