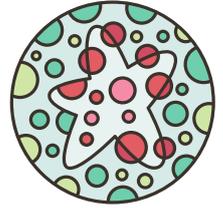




色覚検査のご案内



「色覚異常」という言葉を知っていますか？自覚がない人でも、男子の20人に1人、女子の500人に1人の割合で、色の見え方が人と異なっている場合があります。見え方はいくつかパターンがあります。

以前は小学校の健康診断の項目にありましたが、治療が出来ないことや、日常生活にあまり支障がないとして、現在は健康診断の必須項目ではなくなりました。一方、検査がなくなってから、色覚異常の存在を知らない人が増えています。自分の色覚に異常があることに気付かずに、微妙な色の違いを判別することが求められる職業に就いてから苦労するケースもあると指摘されるようになりました。

詳細は、日本眼科医会のホームページ等を検索してみてください。

保健室でも、簡易の色覚検査（石原式）が受けられます。**検査を希望する場合は、下記の申込用紙に保護者捺印の上、担任または保健室へ提出**して下さい。随時実施します。色覚の検査は個別の検査になるため、検査日時は調整の上連絡します。



日本眼科医会色覚検査について（QRコード）→



キリトリ

簡易色覚検査 申込書

R8年 月 日

色覚のスクリーニング検査を希望します。

年 組 番 生徒氏名_____

保護者氏名_____印

（以下は切り取らずに提出すること）

保護者殿

茨城県立日立北高等学校 保健室

色覚簡易検査結果のお知らせ

年 組 氏名_____

簡易検査の結果

- 1 異常を認めません
- 2 異常を認めたため、眼科専門医への受診をお勧めします





風邪ひきさんに
オススメの **3STEP**

- 1 食欲がなくても**水分補給**だけはしっかりする
- 2 寒気がある場合は**体を温める**
- 3 **十分な睡眠**をとって体を休ませる

花粉症さんに
オススメの **3STEP**

- 1 帰宅時は玄関で服を**払い**、手洗いや洗顔で花粉を**洗い落とす**
- 2 予報で花粉の飛散が多い日は必要以上の**外出は避ける**
- 3 ツルツルした素材の服やメガネ、マスクで花粉を**つけない**

スクールカウンセリングの活用

日常生活・学習・進路・友だちのこと…

1人では解決困難なこと
生徒・保護者・教職員
誰もが利用可能です。

2月は 2日、9日、16日、24日
3月は 9日、13日(最終)
に学校心理士が来校予定です。
完全予約制となっています。

興味がある人は保健室・担任まで
お知らせ下さい。
生活のヒントをもらいに
行きましょう！

デートDV、気づいてる？

男の子から女の子へ対しての暴力でしょ？と思っているあなた、実は違うんです。性別に関係なく、恋人同士で起きる身体的・精神的な暴力のことを「デートDV」と言います。あなたは以下のことに当てはまっていますか？

- 友人と話したり会おうとすると、パートナーが不機嫌になる
- パートナーの好みの服装をする
- 外出時に何度も電話やメッセージをする
- 無理矢理身体を触ったりキスをする
- デート費用を一方だけに負担させる

これらは一例です。「好きだから多少の我慢は必要」「自分が我慢すれば解決する」と思っている時点で既に相手にコントロールされています。素敵なカップルは、お互いの意見を尊重し、2人の意見の落とし所を探ってくれるはずですよ。

困ったときは、気軽に保健室に相談に来て下さいね。お待ちしております。

1月の保健室利用状況をお知らせします。皆さんの毎日に福が訪れますように…

怪我 14件、病気 59件、相談 6件、その他 4件 / 1年生 31名、2年生 38名、3年生 14名

