



<11月の保健目標>

カゼの予防に努めよう

「トイレは心の鏡」です！

皆さんは「トイレは心の鏡」という言葉を聞いたことがありますか？トイレを見ることで、そのお店や施設の様子がわかると言います。私も、「トイレを見ると学校の様子がわかる。トイレは学校の顔である。」と言われたことがあります。では、それはどういうことなのでしょう？皆さんは学校のトイレ掃除を任されたとき、どのような気持ちになりますか？トイレ掃除が好きな人もいるかもしれませんが、多くの方は「ちょっと嫌だな」と感じるのではないのでしょうか？トイレはお世辞にも清潔な場所とは言えません。汚れやすい場所となるわけですが、そのような場所でも丁寧に掃除ができるか…という点が「心の鏡」に繋がるわけです。また、掃除だけでなく、日頃の使い方も「心の鏡」に繋がります。思いやりのある使い方をしていないでしょうか？もともと汚れているトイレをきれいに使おうと思う人は少ないでしょう。つまり、汚れはさらなる汚れを呼びます。これが「トイレを見ると学校の様子がわかる」に繋がるわけです。



トイレ掃除の5つの効果 ～なぜ、トイレ掃除なのか～

謙虚な人になれる

どんなに才能があっても、傲慢な人は人を幸せにすることはできない。人間の第一条件は、まず謙虚であること。謙虚になるための確実に一番の近道が、トイレ掃除です。

<イエローハット創業者 鍵山秀三郎さんの教え>

イエローハットの創業者である鍵山さんは、創業当初、高度成長期に差し掛かったころの社員の心が荒れている様子を見て、職場環境を整えることが大切だと感じ、1人でトイレ掃除を始めたそうです。始めは「うちの社長は掃除しかできない」と周囲から冷たい視線を浴びていたようですが、この取組が今では国内外で評価され、様々な活動へと発展しています。

※引用：認定 NPO 法人 日本を美しくする会 HP

気づく人になれる

世の中で成果をあげる人とそうでない人との差は、無駄があるか、ないか。無駄をなくすためには、気づく人になることが大切。気づく人になることによって、無駄がなくなる。その「気づき」をもっとも引き出してくれるのがトイレ掃除です。

感謝の心が芽生える

人は幸せだから感謝するのではない。感謝するから幸せになれる。その点、トイレ掃除をしていると小さなことにも感謝できる感受性豊かな人間になれます。

感動の心を育む

感動こそ人生。できれば人を感動させるような生き方をしたい。そのためには自分自身が感動しやすい人間になることが第一。人が人に感動するのは、その人が手と足と体を使い、さらに身を低くして一所懸命取り組んでいる姿に感動する。特に、人のいやがるトイレ掃除は最良の実践です。

心を磨く

心を取り出して磨くわけにいかないの、目の前に見えるものを磨く。特に、人の嫌がるトイレをきれいにすると、心も美しくなる。人は、いつも見ているものに心も似てきます。



保健委員がトイレパトロールを行いました！

保健委員の生徒が、トイレの衛生点検として「トイレパトロール」を行いました！10個の点検項目を、各10点満点（点数が高いほど良いトイレ）で評価しました。点検カ所は職員・来賓トイレ以外の男女合わせて、16カ所です。

	点検項目	16カ所の平均点	HR 教室前 6カ所の平均点	点差
①	トイレの床はきれいか？（ペーパーやホコリ・水滴など）	8.4	7.0	1.4
②	便器はきれいか？（便などの付着・黒ずみなど）	7.7	6.2	1.5
③	トイレットペーパーは補充されているか？芯が放置されていないか？	7.9	6.0	1.9
④	洗面のポウル（水道）は汚れていないか？（カビや水垢汚れ）	6.4	4.5	1.9
⑤	洗面台は水浸しではないか？	6.5	4.0	2.5
⑥	洗面台の上の清掃用具は整えられているか？	8.6	8.2	0.4
⑦	鏡はきれいか？	6.9	5.7	1.2
⑧	石けんは補充されているか？石けんのボトルが汚れていないか？	9.3	9.0	0.3
⑨	ゴミ箱がいっぱいになっていないか？	8.3	7.5	0.8
⑩	嫌なニオイはしないか？	8.9	7.3	1.6

どうやら水回りの項目の得点が低いようです…！

なかなかの高得点…と思いましたが、HR 教室前の利用者が多いトイレに焦点を当てると点数は平均1.35点下がります。

★パトロールにあたった保健委員のコメント

グッドポイント

- ◆ 便器や床がきれいだった
- ◆ トイレットペーパーや石けんが補充されている
- ◆ 嫌なニオイがしない など

バッドポイント

- ◆ トイレットペーパーの芯が放置されている
- ◆ 洗面台と鏡が汚い
- ◆ 洗面台が水浸しだった など

どうすればもっと素敵なトイレになるのか…

- ① 石けんを使う時は手の水気をよくきってから！
- ② 手を洗ったあとは、水が飛び散る量を最小限に抑える！
- ③ カビや水垢の原因となる、石けんや汚れを水道に残さない！
- ④ 落ちた髪の毛はティッシュで取ってゴミ箱に捨てる！

学校ではトイレの清掃担当の生徒が、一生懸命、清掃に取り組んでいます。また、保健委員がハンドソープを補充してくれたり、技能員さんが点検したりしてくれています。一人一人が思いやりのある使い方をすれば、汚れも少なくなります。みんなで「いいトイレ」を保っていきましょう！

……保健室のヒトリゴト……

10月は校内でインフルエンザが大流行しました。10月にインフルエンザに罹った人は109人!!ヒトの間で流行する季節性インフルエンザのウイルスは4種類（A型2種類・B型2種類）あります。そのため、「今シーズンはもう罹ったから!」と気を抜いていると、再びインフルエンザに罹る可能性も十分にあります。引き続き、手洗い・うがい・換気などの基本的な感染症対策を行い、睡眠や食事などにも注意して強い体をつくりましょう!

