

令和4年度 札幌市養護教員会南ブロック研修会 アンケート

「保健室の機能を高める整理収納術」講師 おうちスタイル札幌 代表 米村大子氏

■私は、整理収納が苦手で、やらなければと思いつつも、時間を作っていませんでした。棚の上ののっている段ボールやベッドの下、棚の中をきれいにするため、時間を作り、一回まず全部だしてみようと思います。

災害時は、地域の保健室にもなるため、どこに何があるのかを、私や教職員だけがわかっているといけないと学びました。ラベリングをして、誰でもわかる、安心安全の保健室を目指します。

■先生、ご講演いただきありがとうございました。とても参考になりました。

片づけは苦手ではないと思っていたのですが、自己分析から自分が物を持ちすぎているという気づきは今後の整理整頓においてとても意味のある気づきになったと思います。

また、他校の保健室の様子を見せていただくことで今自分が使っている保健室との比較もできましたし、とても参考になりました。

宣言通り、さっそくシンク下から片付けていきたいと思います！

■米村先生のお話を聞いて、片付けの効果をより感じ、誰もが使いやすく片付けのしやすい保健室にしたいとモチベーションが上がりました。整理には時間が必要だが、一度物を少なくすることで片付けやすくなり、今後の時間と心のゆとりをつくれるということがわかりました。必要な数以上の物が保健室にあるため、まずは小さなエリアごとに今ある物を出し、必要な物・不要なものを分けて処分することから始めていきたいと思います。セットごとに分類することや、使う人全員がわかるようにラベリングをすること、アクションを少なくできるよう収納することなどの工夫も教えていただいたので実際に保健室の収納に活かしていきたいです。貴重なお話をありがとうございました。

■明日からでも実践できそうな内容が満載の研修会で、非常に勉強になりました。特に、研修会の最後に米村先生がお話されていた「いきなりテプラでラベリングしなくとも、最初は、マステでOK」の一言が、印象に残っています。テプラを用意して貼るとなると、少し億劫になって、どうしても後回しになってしまいますが、とりあえず始めはマステでOKならば、「それならできそう！」と整理整頓が苦手な私でも思うことができました。

■書類や本などを捨てる判断が出来ず、とりあえず棚に並べてしまって、そのまま放置してしまいます。今回の研修を受けて、ファイルボックスに分類別に並べて整理し、何がどれくらいあるのか把握することに努めてみようと思いました。そして、次の段階で本当に必要かどうか判断して思い切って捨てようと思います。冬休みに時間をしっかり作って取り組み、使いやすく整理された保健室を目指して頑張りたいと思います。大変勉強になる研修でした。ありがとうございました。

■研修会お疲れ様です。そして、ありがとうございます。

今回、なかなかどうにかしたいと思っても相談できない「整理整頓」について、具体的に教えていただいて勉強になりました。捨てる行為が苦手だったので、先生のゴールを決めるという言葉聞いて、ただ漠然とやろうとするから捨てられないということがわかりました。

まず、整理しようと思っていることを中心に少しずつ計画的に行っていこうと思いました。そして、誰でも使える保健室を目指して整理整頓を頑張りたいと思います。また、物を増やしすぎないように気を付けたいと思いました。(段ボールとか)

■保健室は養護教諭だけではなく、教職員・災害時には一般の方も使用するかもしれない、誰もが使う可能性がある場所であるということに改めて気付かされました。物品は一般の方も使用することがあるかもしれませんが、書類等は個人情報に記載されているものもあります。整理収納の重要性を感じました。

今後は、ラベリングしながら誰にでも使いやすい保健室を作っていけるように頑張っていきたいと思います。マスクや絆創膏などの消耗品を入れている棚が難関ポイントになりそうです。

■今すぐ実践できることばかりでした。

最後に『いつ実践するか』『何をするか』まで決める時間を設けてくださり、『本当にやってみる』ところまでを考えてくださったため、本気になりました。この方法、保健指導でも使ってみようかな・・と思いました。

保健室が、「養護教諭の保健室」ではなく、「みんなが使いやすい保健室」である、というところが心に響きました。

整理・整頓することで、時間が生まれ、仕事改革になる!!ということが分かりました!

本当にためになる素敵な研修でした。米村先生、研推の皆さんに感謝です!ありがとうございました。

■米村先生のお話を聞き、私は整理が苦手だということに気付きました。いつか使うかもしれないと捨てられずにいるものが多々あり、でも、ほとんど使ったことがないものばかり…。まずは捨てる勇気をもって整理を始めようと思いました。

翌日から早速、コーナーごとに整理・整頓・収納を行いました。全部出して、捨てて、掃除して、収納する。やってみると楽しくなってきました。いつか使うかもとっておいたものも、捨ててみたら、気持ちがすっきりしました。この調子で、家の片付けも頑張ろうと思います。大変ためになる講演でした。ありがとうございました。

■まずは物を出して「整理」することが大切なのだということがよく分かりました。自分の性格上捨てられずに物が増えてしまいがちだったので、自宅・保健室共に、まずは持っているものの把握から始めようと思います。

また、分類分けなどして収納すること自体はそこまで嫌いではなかったのですが、気分で作ってしまい予定と違うようになることも多々ありました。なかなか時間が取れずにいましたが、冬休みなどを利用して時間の確保をして、きちんと計画した上で整理収納をしたいです。

■研修を受ける前は、片付けは大変だし、散らかっていただければいいか、と何となく思っていました。米村先生のお話を伺い、保健室で機能的に執務を進めるには、整理収納は必要不可欠!と強く感じました。

はじめの整理収納レベルチェックで、私は「モノは少なめ。でも収納は苦手」のタイプとわかりました。今まで、あまり考えずに収納していましたが、収納こそ頭を使ってやらなければいけないことに気がつきました。

・使うときに使いやすく、使うときのことを考えて収める。使ったら戻す。

・使うものを入れる。使わないものは入れない。

・アクション数は少なく。

というのは、言われてハッとされた言葉です。

本校の保健室は収納がかなりあるため、入りきらないものはほとんどありません。(大物は除きます。)でも、使わないものや、捨ててもいいものも「とりあえず」収めてしまっているため、収納スペースに余裕がありません。まずは「使わないものは手放す」ことから始めようと思いました。私の理想は、保健室は安心の場所です。自分が安心していられるように、生徒たちが安心して利用できるように、そして教職員にとっても安心して使えるような保健室にするために、整理収納を行い、機能的な保健室を目指したいと思いました。

研修は、とても短く感じました。米村先生、研究推進の皆様、ありがとうございました。

■先日は貴重なお時間をありがとうございました。

自分からは学びに行かない分野を勉強することができ、大変うれしかったです。また、他の人の理想の保健室図を見ることができたことも、普段はできないためとてもよい時間でした。

産休代替のため、「ものを捨てる」ことは難しいのですが、それ以外の部分を意識しながら生活していきたいと思います。まずは、冬休みに整理収納頑張ります。特に、誰でも使える保健室を目指して整えていけたらなと考えています。

■ずっと気になっていた整理・収納のことのお話を聞くことができ本当に嬉しかったです。とても参考になり、あっという間に時間が過ぎていきました。

いつかはやらなくてはいけないな~と思ってはいるものの、実際にはなかなか手がつかなかった保健室の片付け。米村先生の「整理収納は時間を作らなくては行えない」という言葉に、「確かに」ととても納得し、「計画して取り組むぞ」という気持ちになりました。

研修会の翌日に、空いた時間に「何か整理できるものはないか...」と保健室を見回し、机上に積みっぱなしになっていたプリントを整理し、保健室の隅に置きっぱなしになっていた段ボールも処分しました。それだけでもすがすがしい気持ちになりました。書類棚に眠っている様々な書類や冊子類を冬休みに整理しようと思いますが、早くやりたい!という気持ちにまでなっています。片付けることで、気持ちも前向きになれることを実感しました。

整理収納された保健室は、誰もが使いやすい保健室になるということをこれからも意識して、継続的に整理収納をすることを心掛けていきたいと思います。

■「整理」が苦手で、苦手だとやらない・やりたくないのループに入っていました。最初に自分の理想としている保健室のイメージを問われ、まずは整理をしなくてはいけないことに気が付きました。先生の「すべてが整理にかかっている」という言葉は、心に刻んでおきます。

皆さんのお力を借りながら、実際にやってみる機会をいただいていたので、当日の動きを思い出しながらお話を伺っていました。整理では、要・不要の判断や数のコントロールをしなくてはいけないというお話に頷きながらも、まだ使える・もったいないの感情が邪魔をしていること、一方で分類やグルーピングは比較的ハードルが低いように感じる事がわかりました。整理収納の手順を分割することで、整理をクリアできれば案外スムーズにいくのかもしれないと自分なりの課題や解決法を見つけられた気がします。

「整理収納は時間がかかる」「何かを使いたいときは急いでいる」など、覚悟をもって取り組もうと背中を押していただける言葉がたくさんありました。冬休みは処分したいと思っているものをやっつけるところから始めてみます。

米村先生をはじめ、お手伝いいただいた先生方のおかげで、今の快適な保健室があります。一人ではここまでできませんでした。希望された方も多し中、本校で実践していただいたことに感謝いたします。他校でも行うことがあれば、お手伝いの一人としてぜひ協力させていただきたいです。きれいな保健室と気持ちよくなる経験をありがとうございました。今後もスモールステップで、より快適な保健室・職員室・おうちを目指していきます!