

保健だより

(保護者の皆様も一緒にお読みください)

令和4年6月17日 NO.4
海田中学校保健室発行「絆」

体育祭が無事に終わりました。一人一人の頑張りは、今後も海田中学校体育祭の伝統となっていくことと思います。さて、季節は梅雨。雨の続く日はうっとうしいですが、体調管理をしっかりとしながら安全にも気を付けて、健康な生活を送りましょう。

梅雨時の健康と安全に気をつけよう！

梅雨の季節の健康と安全について

<h4>食中毒に注意</h4> <p>食品の痛みの早い時期... 消費期限に注意!!</p>  <p>しっかり手を洗い 清潔なハンカチ・ タオルを使おう!</p>	<h4>交通事故に注意</h4> <p>雨や傘で視界が飛くなります</p>  <p>車に注意!</p>	<h4>晴れの日を上手に活用</h4> <p>晴れた日は 思いきり 体を動かし</p>  <p>ストレス 発散!</p>
<h4>いつも体を清潔に</h4> <p>汗ばむ季節... 入浴・シャワーで 毎日気持ちよく過ごしましょう</p> 	<h4>スリップに注意!</h4> <p>廊下や階段がすべりやすくなります</p>  <p>転んでけがをしないように!!</p>	<h4>ジュース 清涼飲料水の飲みすぎに注意</h4> <p>甘いジュースはむし歯・肥満のもと。 飲みすぎると疲れやすくなったり、 食欲が落ちたり、 出血や骨折をしやすくな ってしまいます。お水に...</p> 



海田中生徒のここがすばらしい!



5月後半の土曜日、保健室で仕事をしてふと外を見た時のことです。靴とカバンが隙間なくピシッと並べてありました。その時の写真が2枚ありますので紹介します。

皆さんはこの靴とカバンを見て何を感じますか？

私は生徒たちのぶれない心(統一感=チームワーク)を感じました。試合に勝利することも大切ですが、勝利するために日頃から何に価値を置き、心がけるかが重要です。(挨拶、整理整頓、その他のマナーなど)

物事は「できるかできないかではなく、やるかやらないか」です。皆で学び合いましょう。

保健室からは、「立派で賞」を贈ります。

