

ほけんだより

平成27年3月24日
北區立王子桜中学校

心と体の健康を 守ることはできましたか？

ついでこの間、中学1年生、中学2年生に下下と思えていたみなたちも、もうあと少しで2年生・3年生へと進級する季節となりました。



この1年間は、支那にいてはどんな1年でしたか？

- 病気やけがをほせませんでしたか？
- 検診の結果、病気が見つかった人は、治療を終わりましたか？
- 生活リズムが乱れることなく、規則正しい生活を送ることができましたか？
- 友だちや先生・家族の方とよく話をしたり、語り合ったりできましたか？



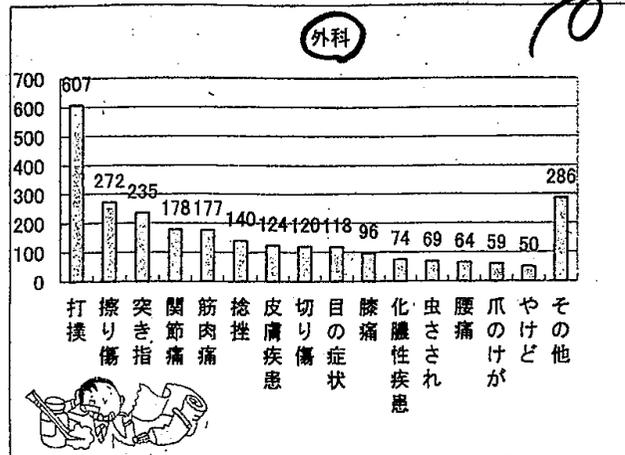
丁度、今年1年・ふり返りが終わりました。反省点を活かしながら、来年度に向けて突き進んでいきましょう。そのために、春休みに「ふり返りとエール」をなくわえてきてください。元気な顔を4月6日の始業式に会いましょう。

***** 賞状 *****

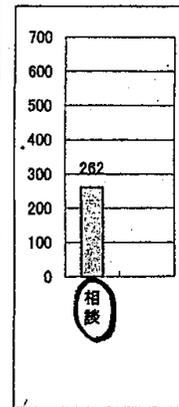
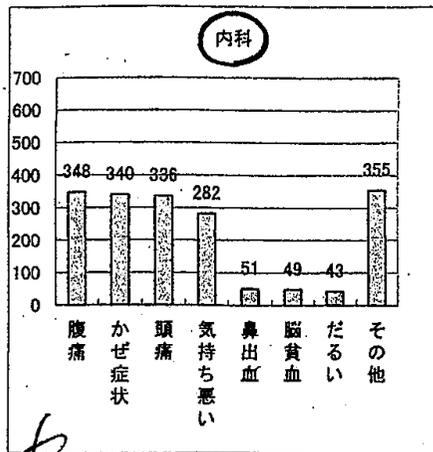
「平成26年度 歯科保健優良校」を受賞しました。

王子桜中のみならず、自分の歯と口の中の健康を守るために努力している人が大勢いることから認められました。これからも全身健康の入り口となる歯と口の中の健康を一人ひとりが大切にしてください。正しい歯みがきを習慣づけていかに歯みがきをお願いします。

1年間の保健室利用の様子です



「打撲」や「つま指」の場合、けがした後すぐに「冷や」に固定、処置が大切で、王桜のみならずよく指示を聞いて正しい対処をすることができています。将来にわたって処置を正しく行う知識を知ることが大切です。1年間の、何か疑問に思っていた、みんなも質問してください。そうして自分の体をしっかり守っていきましょう。



今年も何気ない会話の中、悩みや苦しい気持ち、注意がかり保健室に来た人と一緒に涙を流した人がいます。私はいつでもお話を聞いてあげようと思っています。思っていることが言えるように、保健室の言葉に聞いてください。

王子桜中のみならず、王桜「ふり返り」の理由で、来室者はほとんどありません。みなさんか(か)自分の状態(痛い部分、つらさ)を、より表現することができています。ですから保健室では早期にみなさん、様子ご理解、把握することができず、「自分の今、状態」を、よりと位置づけ、力をもち続けたいです。

春休み中も

生活リズムをくずさないで、規則正しい生活を送りたい。

