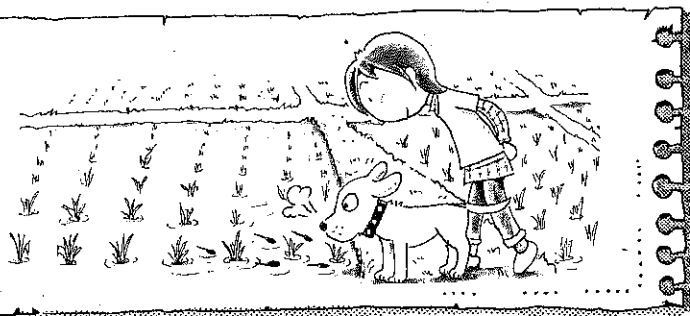
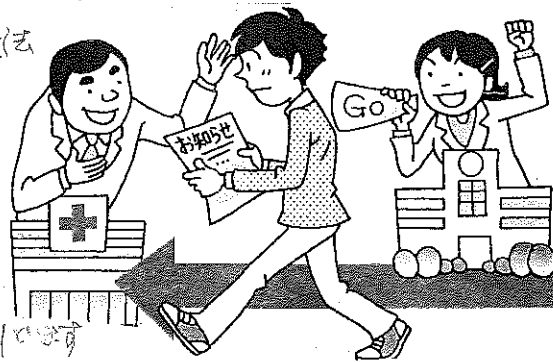


5月の

ほんだより



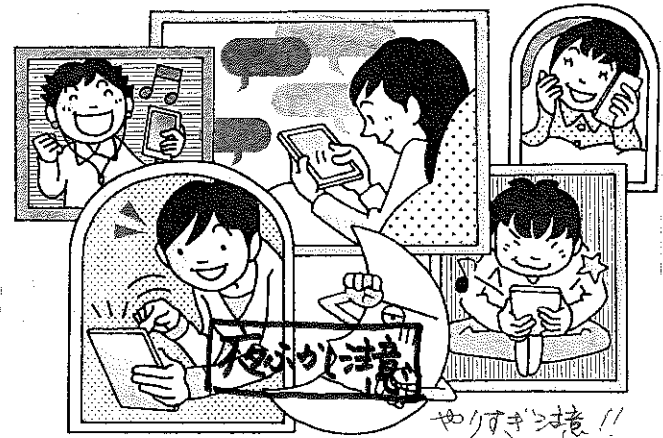
学校での健康診断はスクリーニング(疑わしいものを選り出すこと)です。実際に異常があるかどうか、また、その原因や治療を知るには、医療機関での診察や検査が必要で、「所見あり」のお知らせを受け取った人は速やかに受診(まじょう)



さつき 朝 日暦で5月の別名

新しい学年が始まって約1ヶ月が経ちました。目新しい環境にワクワクして過ごしている人、まだ馴染めきれなくてなやましく不安な人、色々な人がいると思います。大型連休(ゴールデンウィーク)の予定が、今時期は、特に疲れが出るころです。中学校1年生にとっては初めての定期考査(中間テスト)はもう目の前です。部活動は本格的に始まっているし、初めてづくしのことばかりです。時には無理せず少し気楽にやるのもいいかもしれません。ただし、生活リズムが崩れないように「早寝・早起きはキープ」することが大切です。

平成29年5月13日(土) 明石市立二見中学校 保健室 No.2



5月健康の言葉

世論に耳を傾けることは大切なことですが、しっかりと自分の考えを持ちまわし深めていってほしい。

世論とともに考えるような人は自分で目隠しをし自分で耳に栓をしているのである
ニーチェ(ドイツの哲学者)

こんなこと相談していいのかな?

やる気がでない 落ちこみ なんだかだるい

一人では悩まず、誰かに相談しよう

二見中学校はカウンセラーも充実しています

火曜日の野崎先生

保健室ではからだもこころもケアします

5月31日は世界禁煙デー

これはなんのパッケージ?

答えは、海外のたばこです。日本の「たばこ」にはこのパッケージとは異なり、たばこを吸うことによるリスクをしっかりと示しているかなりリアルなデザインになっています。日本と海外ではたばこに関する広告の取り扱ひ方が全く違います。

たばこの煙は、60種類以上の有害な化学物質が含まれています。たばこの煙には含まれていても煙はどうやって全身を回るの?

- 吸い込んだ煙の通り道 (口・のど・気管)
- 唾液などに溶けて通る道 (食道・胃などの消化器)
- 血液の中に取り込まれて、排出されるまでの道 (血液・肝臓・腎臓などの臓器)

たばこの煙は、害はからだを回り回るから入は全身に及びます

トピックス

「まだ早い」と思っていたら…意外と多い? 熱中症

運動会の練習中 小学生19人搬送

埼玉、熱中症が11日前9時10分ごろ、埼玉県越谷市の市立千間台小学校で、運動会の練習をしていた1〜6年の男女計19人が「気分が悪い」「頭が痛い」などと訴え、病院に搬送された。

平成29年5月10日(金) 神戸新聞

ふてんはなめなかい

ありがとう!!

5/14(日)

Mother's Day