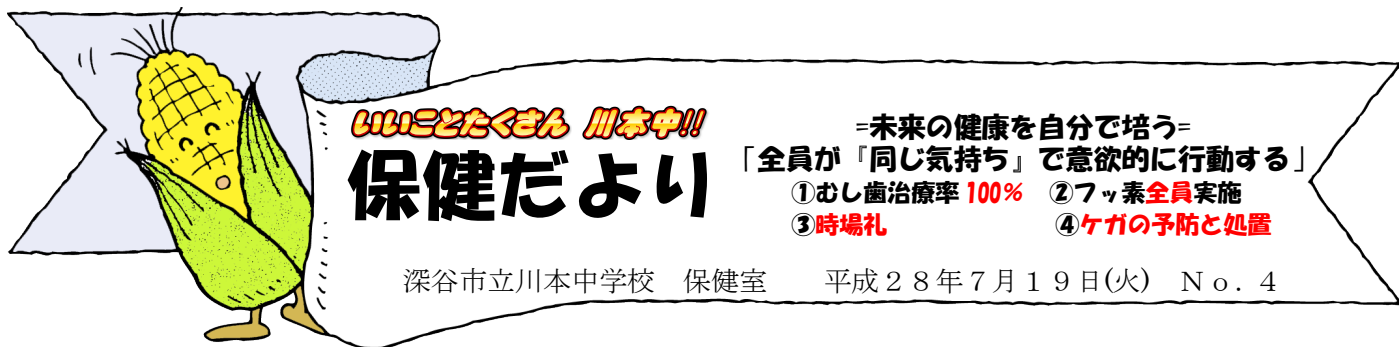




(壮行会より…大会出場の皆さんファイト!)

いよいよ夏休みとなります。一学期を振り返ってみていかがでしたか。保健室からは、ケガや病気が少し多いように感じましたので、2学期以降はケガ等に注意してほしいと思います。特に夏休み中は色々な計画を立てて、外出する機会が多いかと思いますが、事故のないよう、安全に十分注意して、充実した夏休みにしてほしいと思います。長い休みになりますので、生活リズムを崩さないように気をつけ、新学期みなさんに会えるのを楽しみにしています。



口腔衛生月間優秀作品紹介～ご協力ありがとうございました～

* 標語部門 *

- ・ 1年3組 星野美咲さん 「私の歯 自分だけしか 守れない」
- ・ 2年1組 黒澤愛花さん 「ハイ、チーズ 笑顔とともに 輝く歯」
- ・ 3年1組 中村鈴さん 「歯みがきで バイキンさよなら キラキラだ」
- ・ 3年3組 坂本愛果さん 「るん るん るん♪ 楽しくみがけば 歯みがき大好き」
- ・ 3年4組 内田北斗さん 「白い歯が いつも言ってる ありがとう」



* ポスター部門 *

- 1年2組 渡邊真己さん 3年1組 町田啓剛さん
- 3年2組 田島有彩さん 3年2組 松本琴葉さん
- 3年3組 中島恵美さん

大規模改修終了後、提出された作品はすべて掲示します。



熱中症に注意しよう！～4つのポイント～

①暑くなった日は運動を轻めに

体を少しずつ暑さに慣れさせていくことが大切です。
特に3年生は9月の体育祭に向けて、勉強だけではなく、
軽い運動習慣を心がけましょう。



②上手に水分補給・塩分補給

運動前後の体重減少が2%を超えないように
水分補給をおこないましょう。
塩分の補給も忘れないようにしてください。



③服装を整える

吸水性や通気性の良い服を選びましょう。
外出時や運動時には帽子をかぶりましょう。

④運動前の体調をチェック！

具合の悪い人は無理に運動をしないでください。
必ず毎朝自分の健康状態を確認しましょう。

【注意】熱中症は室内でもなります。水分補給はこまめに行い、エアコンを使用していても気をつけてください。



* 夏休みは治療のチャンス！ *

健康診断でお知らせの紙をもらい、まだ再検査等を済ませていない人は、
必ず夏休み中に済ませてください。特に、**むし歯の治療率**を今年度は生徒
保健委員会として、**100%**を目指しています。ご協力よろしくお願いします。

誰かを信頼できるかを試すのに 一番良い方法は 彼らを信頼してみることだ

(ヘミングウェイ《アメリカの作家》)

人間関係で悩んでいる人は多いと思います。しかし、人との関わりはこの先も
途切れることはありません。人は悩みながらも、多くの人と関わりながら生きて
いきます。人間関係を大切に、そのためには言葉を大切にしてください。夏休み、
たくさん友達と顔を合わせて話しましょう。



(修学旅行より)