

保健だより

2012. 1. 10

1月号 白石中学校保健室

1. あけましておめでとうございます

皆さんが、今年も健康で安全な生活がおくれるよう願っています。新年の抱負として皆さんは、さまざまな目標や計画を持ち、新しいことに挑戦しようとしている事でしょう。昨年は、東日本大震災をはじめ暗いニュースも多い年でした。そんな時だからこそ、君たちには、希望と愛と勇気を持って毎日を過ごしてほしいと思います。

1月14日は「愛と希望と勇気の日」というのをご存知ですか。通称「タロとジロの日」と呼ばれています。第1次南極越冬隊と共に南極で1年を過ごしたカラフト犬19頭は、荒天のため日本に帰れず、さらに1年を南極で過ごしたあと、昭和基地付近で発見された犬が「タロとジロ」です。無人の極寒の地で、生きる希望を失わないで、生き続けた2頭の勇気・隊員たちの愛をたたえこの日が「愛と希望と勇気の日」とされました。タロと



ジロの話は、支えあう愛、あきらめずに生き抜こうとする希望、助け合う勇気があれば、厳しい状況を乗り越えることができることを私達に示してくれています。

「愛」～相手を思いやることのできるやさしい心

「希望」～将来自分がなりたい・したいと思う「良いイメージ」

「勇気」～苦しく辛いために、誰もしたがないことでも、

自分から笑顔で行うこと

愛・希望・勇気があれば、きっと困難を乗り越えられることでしょう。

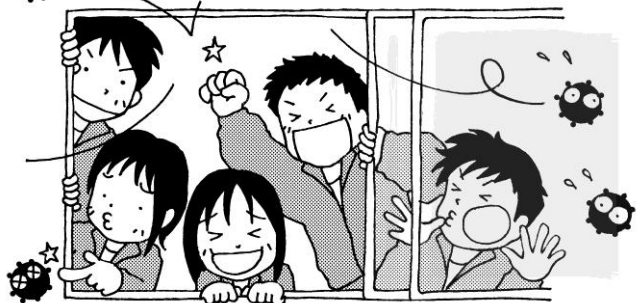
2. カゼ・インフルエンザの予防には、手洗い・換気をモットーに！

「風が入ってきて寒いから、窓閉めて」なんていう言葉が、換気をしようとする人の背中に、飛んできてはいませんか？ 寒さに負けず、休み時間ごとに換気をして、風邪やインフルエンザに、クラスみんなで立ち向かいましょう。

手洗い・換気がよくできたクラスが、最後には、ほほ笑むことでしょう。

3年生は、受験期間に入ります。いつも以上に、予防に取り組みましょうね！

カゼ・インフルエンザの予防には
クラスの団結も必要だよ。

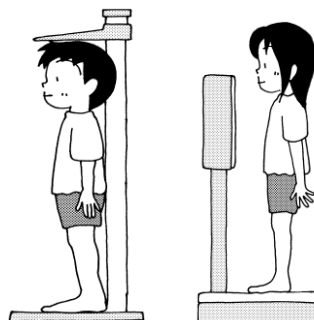


休み時間には、みんなで換気しよう。

3. 身長・体重測定について

次の日程で、身長・体重測定をします。女子の人は、ハーフパンツをはいて測定をします。準備しておいてください。

3年生	1月12日（木）放課後
2年生	1月13日（金）放課後
1年生	1月16日（月）放課後



制服のまま
多目的ホール
に集合し
てください。