

6月に入り、梅雨の季節になりました。雨が降ることを「天気が悪い」と言いますが、作物や草花にとっては恵みの雨。私たちにも雨上がりの虹や、雨に洗われた輝く紫陽花などを見させてくれます。体調管理に気をつけ、梅雨ならではの楽しみを見つけてくださいね。



歯を失くす原因1位は歯周病です!!

大人が歯を失くす原因の3割がむし歯です。歯周病はそれを超える4割です!!

歯垢の中には歯周病菌がいます。隅々まで歯を磨いて、むし歯だけでなく歯周病も予防しましょう。

6月19日(水)は歯科検診です。丁寧に歯を磨いて、「歯垢の状態」は「異常なし」を目指しましょう。

歯と口の健康週間作品コンクール

★入賞おめでとう★

標語の部

佳作 2年 福田 七萌 さん

歯みがきは 身近にできる 健康法

佳作 3年 高山 友希 さん

いつまでも 笑顔でいたい 白い歯と

ポスターの部

佳作 3年 斉藤 香 さん

薬物乱用防止教室

令和元年5月24日(金) 5校時 体育館

全校生を対象に、劇団三十六計のみなさまによる薬物乱用防止啓発演劇「すばらしい明日のために… 危険ドラッグ『買わない』『使わない』『かかわらない』」が上演されました。

主人公の中学生在が先輩に誘われて、たった1回危険ドラッグを使用したために、大きく人生を狂わせてしまうという内容でした。

薬物の恐ろしさや犯罪性を十分に理解できたのではないかと思います。

薬物乱用は「ダメ。ゼッタイ。」



★ 感想(生徒の感想の一部です。)

- ・自分の身近な人に「頭がスッキリするよ、キレイになるよ」などと言われ、自分は断れるかな?と改めて考えさせられるととてもいい教室でした!! これからも「薬物には絶対に手を出さない」としっかり誓いたと思います。教えてもらったことを忘れないようにしたいです!(1年)
- ・「1回だけなら」という甘い考えが、自分や周りの人の人生に迷惑をかけることを改めて実感した。これからは危険ドラッグには関わらないようにしていきたい。友達や先輩とかに誘われても断る勇気を持ちたい。薬物乱用を見たり聞いたりしたら、親、先生、警察の人などに相談できるようにしていきたい。(2年)
- ・「演劇」という形で薬物の恐ろしさを改めて知ることができた。劇団の方の演技がとても素晴らしく、劇に引き込まれた。家族や友達、大切な人を自分の手で傷つけないためにも、もし薬物を勧められても絶対に断ろうと思った。(3年)

🚩6月8日(土)上河内中学校運動会🚩

- ★ もうすぐ運動会です。体調を整えて、頑張ってください。
- ★ 爪が伸びている人がいます。けがをさせたりさせてしまったりしますので、必ず切りましょう。
- ★ 熱中症にも気をつけてください。

睡眠をしっかりとり、朝食を食べてきましょう。

帽子をかぶりましょう。

上河内中では、体育や運動会練習のときなどに、帽子をかぶることを勧めています。

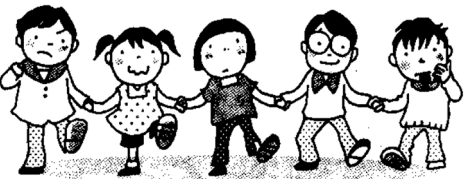


汗をかいたらタオルで拭いたり着替えたりしましょう。

体調が悪いときには無理せず体を休めましょう。

喉が渇く前に、こまめに水分をとみましょう。
たくさん汗をかくときにはスポーツドリンクがお勧めです。水筒持参も OK です。中身は水、麦茶、スポーツドリンクにしてください。

こころとからだのけんこうコーナー



もうすぐ運動会。練習にも力が入ってきました。みんなが燃えている中、苦痛だ、クラスの勢いに乗り切れない…という人もいることでしょう。分かります。私も運動が苦手ですから。砂で真っ黒になり、擦り傷を作りながらも頑張る君たちを、保健室から応援しています。でも、つらくて我慢できないときには、担任の先生や MS 武井先生に相談してくださいね。保健室で弱音を吐いてもいいですよ。絆創膏をたくさん用意して待っています。(岡田)

- ♡ SC 橘 浩太先生 6月の来校日 25 (火)
- ♡ MS 武井 八重子先生 6月の来校日 7 (金), 11 (火), 12 (水), 14 (金), 18 (火), 19 (水), 21 (金), 25 (火), 26 (水), 28 (金)

レッツ・チャレンジ!
7つのまちがいをさがそう!!

答えは保健室
掲示板または
上河内中HPを
見てね!



まちがいさがし 答え

