

保健だより

平成29年12月5日

12月

港区立赤坂中学校
保健室

2学期も終わりに近づいてきました。皆さんの2学期はどうでしたか？充実した生活が送れましたか？勉強をするにしても部活をするにしても健康でなければ成果は上がりません。体調管理をきちんとして冬を乗り切りましょう！！

冬の健康のために 生活を振り返ろう

心当たりはありますか？



夜ふかし

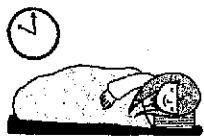


好き嫌い



手洗いをしない

つれづれその様子！



早寝



何でも食べる



しっかり手洗い

くつき、リフレッシュ！ 風のとおり道

暖房の季節 気を付きたい健康トラブル



- やけど・低温やけど
- 熱源に触れない
- のど・皮膚の乾燥
- 部屋の加湿・皮膚の保湿
- 一酸化炭素中毒
- こまめな換気



保健委員会でアルコールパッチテストを行います！

<日時>

12月12日(火) 1年生 放課後4:30まで

12月14日(木) 2, 3年生 放課後4:30まで

<場所> 保健室

平成29年度 学校健康づくり啓発ポスターコンクール作品募集



<テーマ>

学校での健康づくりに関する絵画 具体的でも抽象的でも可

<応募条件>

- (1) 作品は未発表のもので1人1点の応募です。原則として以下の「学校での健康づくりの絵を描くために」にあるキャッチコピーに合った原画を募集します。既存のキャラクターなど他に著作権のあるもの、肖像権の侵害に当たる写真等は避けてください

★「学校生活での健康づくりの絵を描くために」キャッチコピー

- ①どれだけ大きくなったかね
- ②親子で確認 検診の記録
- ③康診断は 自分自身を知るチャンス
- ④私の体 歴史をつづる健康診断
- ⑤健康づくりの第一歩 健康診断
- ⑥未来の安心 健康診断
- ⑦からだにもしもし、なにがわかるの？
- ⑧なぜやるの？ 健康診断
- ⑨考えよう 健康診断を受けるわけ
- ⑩体と向き合う大切な時間 健康診断
- ⑪ほくたちげんきだよ 校医せんせい！
- ⑫口の中の様子があったよ 学校歯科医の先生
- ⑬健康診断の準備をしてくれる 養護の先生
- ⑭検診のやり方や意味を教えてくれる 養護の先生

(2) 規格・画材等は以下の通りです

- ①原則として四つ切画用紙(縦540mm×横370mm)
- ②画材は自由。コンピューターグラフィック(CG)可。(CGの場合A4サイズ以上)
- ③縦、横どちらでも可

<提出方法>

- (1) 絵画は折らず、裏に作者名・学年、学校名と絵を思いついたキャッチコピーを記入して宅配が郵送にて提出。(応募票は保健室にあります)なお作品は原則として返却しません。(なるべく丸めなくて送ってください)
- (2) 募集締切: 平成30年 1月15日(月) 必着
- (3) 提出先: 〒105-0001 東京都港区虎ノ門2-3-17 虎ノ門2丁目タワー6F
公益財団法人日本学校保健会 学校健康づくり啓発ポスター募集係

やってみようという人は保健室まで！！