



梅雨の合間にのぞく太陽が暑い夏の到来を感じさせます。不安定な天候に加え、この時期特有の蒸し暑さのせいで、集中力が低下したり、病気に対する抵抗力も低下しがちです。夏休みまで感染症対策・熱中症予防に気をつけて生活しましょう。

今月の予定

6/29(木)～7/5(水) 前期考査2	7/21(金) 全校集会
7/10(月) 保健講話	7/24(月)～8/31(木) 夏季休業
7/12(水) 薬物乱用防止教室	9/1(金) 全校集会
7/14(金)～7/20(木) 保護者面談	



定期健康診断の事後措置について

4月から始まりました健康診断の結果について配付しました。自分の健康状態をよく確認しましょう。

未受診の人、再検査のある人、治療の必要な人は時間にゆとりのできる夏休みを利用して受診するようお勧めします。**早期発見・早期治療**が大切です。受診後は結果を学校(担任)に提出してください。



こころ(心)・からだ 疲れてませんか？

皆さん、からだの傷は他の人からもみえます。すぐに手当をするし、傷の治りぐあいも見えてわかります。でも、心の傷はまわりの人からは見えないし、原因も人によってちがいます。そのため手当が遅れたり、傷がさらに深くなることもあります。

でも、どちらの傷も時間が治してくれます。あなた自身に傷を治す力が備わっているからです。心の傷が痛む時は、がまんしないで助けを求めてください。助けてもらうことも大切な薬(治療)なのです。是非、カウンセリング室を利用してください。

7月10日(月)は、本校スクールカウンセラー 村上めぐみ先生の保健講話があります。

《7月・9月のスクールカウンセラー 午後の利用可能時間》

・7月10日(月) 15:30～18:30 ・9月7日(木) 15:30～18:30
(17:45～18:30は保健講話)



きっかけは「好奇心」でも、その先に待っているものは・・・

夏休みは時間的に余裕ができ精神的にも開放感があり、つい、はめを外しがちです。自分を守るのはあなた自身の行動・心がけです。

喫煙



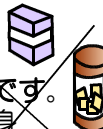
多くの発ガン性物質を含むタバコは周囲(家族や友人)にも健康被害をもたらします。ガンや呼吸器疾患にかかるリスクは吸わない人の2倍にもなります。

飲酒



飲酒のきっかけは好奇心、先輩に誘われて、仲間となど。しかし急性アルコール中毒やアルコール依存症の危険が！二十歳未満の飲酒は厳禁です！

薬物



1回だけなら！そんな考えは絶対ダメです。(合法)(脱法)と呼ばれていても、中身は危険な薬物です。心身への悪影響はもちろんのこと薬物使用は犯罪です。

性

for you



お互いを大切に思いやる心を持ちましょう。望まない妊娠や性感染症など常にリスクがあることを忘れずに！

今、きちんと考え、きっぱりと断る勇気があなたの未来を守ります。