

ほけんだより 3月

令和4年3月号
名古屋市立山田高等学校
保健部

学年最後の月になりました。今年度の学校生活はどうでしたか？4月に頑張ろう！と思ったことはできましたか？なかなか計画通り、期待通りにはいかないことが多いと思います。結果が予想とは違って、それまでの経過が大切です。頑張った所を見つけて自分で自分を褒めてあげましょう！できなかった所は、どうしたら良かったのか振り返り、次の学年に活かしてくださいね。

ありがとうと言うだけで...



言った人にも言われた人にも、
いいことがたくさんある「ありがとう」。
感謝の気持ち、伝えていますか？

1年間、がんばった自分
にも「ありがとう！」

友だち、 家族に
普段は恥ずかしくて言えない
「ありがとう」を伝えてみましょう！



1年を振り返って
自分で自分をほめてあげよう！

年生の間に
がんばったことは

です。

よくがんばったね！

3月3日は耳の日です👂

耳はとてもデリケートな器官です。大きな音や衝撃で聴力が悪くなってしまうこともあります。特にイヤホンでの大音量は注意が必要！自分の耳にも周りの人にも、気遣いをお願いします。自転車で乗りながら音楽を聴くのも危険です△事故が起きる前にやめましょう！



保健室からの お知らせ

○スポーツ振興センターの書類は提出していますか？手元に書類がある人や、怪我をしてから報告に来ていない人は保健室まで！

○心配ごとはありませんか？
新学期が始まる前に、身体の事や心の事で不安や伝えたいことがある人がいれば、保健室に来てくださいね。

ながらスマホで 起こった事故事例

🚲

🚨 これらは実際に起こった事故です

スマホに夢中、男子中学生がホームから転落。重傷を負った

イヤホンをしながら自転車に乗り、歩行者に衝突して死亡させた

夜、スマホを見ながら無灯火で自転車に乗り、歩行者をはねて死亡させた

自分には気をつけているから、「ながらスマホでも大丈夫」なんて思わないで！

