## CHAMOMILE vol.,

CHOKO HEALTH INFO



10月も後半に入り、やっと涼しくなり秋を感じるようになりました。暑い中実施された体育祭がずっと以前の事のように思います。3年生の就職試験も落ち着き、次は文化祭ですね。3年に1度の大文化祭!!私たち学校関係者だけでなく、地域の方、小中学生も楽しみにしているイベントなので、体育祭と同様に成功させたいですね。



### 保健委員の活動

毎年文化祭で、健康に関することを自分たちで調べて展示物を作成したり、 ステージで発表したりしています。 今度の文化祭での発表テーマは、 『たんぱく質』です。

ステージでのクイズや子芝居など、みんなが楽しく学べるような発表ができるように準備をしています。クイズに正解した人は、景品がもらえますので、ぜひ参加してくださいね!



#### OCTOBER EVENTS

体育祭の時も、**傷病者**の対応や熱中症 予防の呼びかけなどをしました。





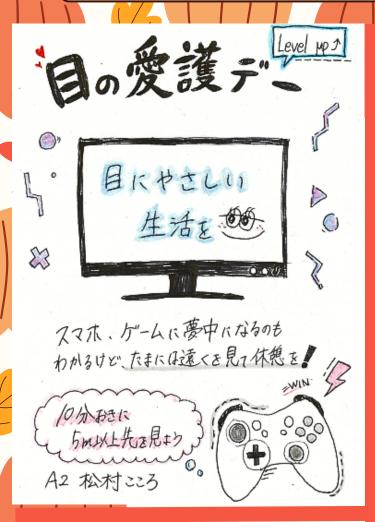


各科での熱中症予防対策も万全で、競技大会に引き続き、熱中症ゼロで終わることができました!

### スポーツ振興センターの手続き

体育祭や、新人戦前の練習でケガをして、病院を受診した人はいませんか?部活動や学校の授業に関わることでケガをして病院受診をした場合は、保険の対象になりますので、保健室まで相談してください。また、現在手続き中の人で、病院から書いてもらう用紙を提出し忘れている人は保健室へ提出してください。

## 生徒保健委員作成保健だより

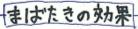


## 10月10日は『日の愛護デー』

まばたき」はしていますか? 大切な目を中るために、

私たろの体にはさまざまな
仕組みがそなかっています。

そのしつがまはたきです。は



1、目の表面についたでみをぬぐい取る。

2.目の表面が草乞かないように、 水分(なみだ)でぬらす。

わたしたちは、自然に まばたきをしていますが 画面を集中的に見ていると まばたきの回数が減る。



ときかきイ木けいして目をイ木めることが大切です。

I Z吉岡

### 「ひとり」の時間を大切にしよう

びとりょって悪いことかな?友だちと遊んだり、おしゃべりしたりする時間も大事だけとりの時間」も大切でしたいことがまな音楽を聴いたり、ときにはばー、と過ごしたりい。たまには、自由にないの時間を楽しんで升ませんか。

あなただけのなどりの時間」は、あなたか何をしていると楽しいのか、どんな環境で過ごすことが心地よいのかを教えてくれるでしょう。

「ひとりの時間」もいいし、友だ。 ちとおしゃがりするのも楽しいり けと感じたら、それぞれ の時間を大切にしてくだ。か さい。 I2 原田 咲緒

# 容短所は長所の

自分のことが好き、それとも嫌い?
「ロノロレている自分が嫌」を日坊主で、飽きやすい性格が気になる」…など、だるといるでしょう。でき、考え方次第で、短所は長所に変わります。たとえば、行動が中、くり考えをから丁寧は、によって、とうます。また、こ日坊主な性格は、分奇心が関い、と言えるでしょう。

この「短所を長所にする行」は、周囲の人とのコミュニケーションにも役立ちます。ものの見方を変えると、毎日がワルと楽してなりますよ。



D2 公川千春