

# 保健通信 3月

上津役中学校  
保健室  
平成31年3月1日(金)

少しづつ寒さも和らぎ、暖かな早春の日差しを心地よく感じられる季節になりました。進級・卒業まで残りあと少しです。新しい年度に向けて、1年間を振り返り、次のステップへ挑戦していきましょう。



## H30 保健室利用状況

(2月25日現在)

**けが**  
484件

体育大会シーズンは  
82件でした。

**病気**  
622件

インフルエンザ流行時期の  
1月は161件!!

**相談**  
14件

**その他**  
109件

## 3月3日は耳の日

耳は「音を聞くこと」「身体のバランスをとること」の2つの働きがあります。「耳鳴り」とは、周囲で何も音がしないのに聞こえるように感じます。その主な原因は...



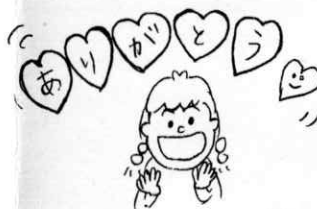
## 言葉にしよう!感謝の気持ち



3月9日  
サンキュー

「サンキュー」で「ありがとうの日」です。  
「ありがとう」は漢字で「有難う」つまり「有るのが難しい」→(めったにない)という言葉がもとになっています。そこから、人の好意、親切などに対して「めったにないことだ」と感謝するという意味になりました。

しかし 私たちは、ついついあることが当たり前と思っているところがあります。



元気に生活できること

食事が食べられること

学校に来られること

友達・家族がいてくれること

世界から見れば、とても有り難いことばかりです...

感謝をすることで幸せを感じることができると言われています。「ありがとう」という言葉は、言ったほうも言われたほうも、どちらも笑顔にします。

「わざわざ口に出さなくても...」なんて思わずに、友達やお世話になった先生方、身近な家族にも、ぜひ感謝の気持ちを伝えてください!

～。～。～。素敵な3年生のみなさんへ～。～。～。～。～。



Thankyou!!

卒業式まで残り1週間となりましたね。上津役中学校での3年間はどうだったか? 私はいつも、明るくて笑顔いっぱいの人みんなに元気をもらっていました。ありがとう。これからの人生、色々なことがあるでしょう。壁にぶつかることもあると思います。苦しいとき、悲しいとき、つらいときは一人で抱え込まず、だれかに相談してください。きっとかになってくれる人がいます。先生はいつまでもみんなの幸せを祈っています!!

～。～。～。～。～。～。～。～。～。～。