

保健だより 3月



石川県立金沢向陽高等学校
保健室

今年度もあとわずかになりました。みなさんにとって、この一年はどんな一年だったでしょうか？

嬉しかったこと、楽しかったことだけでなく、悲しかったことや苦しかったこともそれなりにあったと思います。でも、一年前の自分と比べたら、成長を実感できる一年だったのではないのでしょうか？

春休みが終わったら、また新しい一年が始まります。

春休み中に、自分の部屋の片づけと整理をして、新年度を気持ちよくスタートできるように準備しておきましょう。



日本スポーツ振興センター災害共済給付金、申請もれはありませんか？

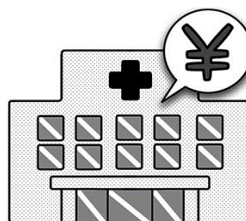
日本スポーツ振興センターの
災害共済給付制度について

申請は2年以内に！

学校管理下でけがなどをして
医療機関を受診した場合は
給付金が支給されます。
申請もれはありませんか？



学校管理下（授業中・部活動・登下校中）でケガをして、医療機関を受診した場合は、支払った金額を給付金として受け取ることができます。申請に必要な書類は保健室にありますので、該当する人は取りに来てください。初診日より2年以内であれば申請することができます。



医療機関で「医療等の状況」を記入していただき、学校に提出してください。

今年度1年間を ふり返ってみよう



4月

新しいクラスや
友だちにはすぐ
慣れましたか？

5月

連休明け、
心身の疲れが
出ませんでしたか？

6月

歯と口の健康に
気をつけることが
できましたか？

7月

熱中症対策を
しっかり
行えましたか？

8月

夏休み中も
規則正しい生活が
できましたか？

9月

スポーツの秋。
元気に体を
動かし了吗？

10月

目にやさしい生活を
心がけましたか？

11月

猫背に
ならず
背筋を伸ばして
いましたか？

12月

感染症対策を
しっかり
行えましたか？

1月

いつまでも
お正月気分が続いて
いませんでしたか？

2月

ストレスを
上手に解消
できましたか？

3月

今年度、心も
からだも健康に
過ごせましたか？

まちがいさがし

下の2つの絵を見比べて、**7つのまちがい**をさがしましょう！

意外なところに答えがあるけど、
ちゃんと全部見つかるので、大丈夫。

