

ほけんだより

わらふく

令和6年
6月14日
高根中学校
保健室

うらも
あはれ

健康診断がすべ^ておわりました!



4月からたくさんの健康診断をやってきました。
何の検査をやったか覚えていませんか?
(日本の中学生である限り、どこに転校したとしても必ずこれらの検査をやる!というルールがあります。)

4月5月に
めざしんこ

自分の身体について知り 健康について関心をもとう!

- ※ 順調に大きくなっているか [身長・体重]
- ※ 学習や部活動など、学校生活がベストコンディションで行える健康状態か
- ※ 目にみえない病気がかかっているかないか
→ [視力検査・聴力検査・歯科検診]
→ [内科検診・脊柱検診・心電図検査・尿検査・眼科検診]

どうでしたか? 自分の身体「いい感じ」でしたか?

『結果のお知らせ』について

視力検査と歯科検診の結果は、^{おに}全員にお配りしました。
..... それ以外の結果は、異常や心配な様子があった人のおみ^みお知らせしました。

- ★ まだ結果が届いていないもの
 - ▼ 脊柱2次検診 (わか次第、全員に通知)
 - ▼ 1年生に心電図検査 (精密検査や経過観察の指示があった場合、通知)

「受診のおすすめ」ももらった人は、早目に お医者さんに相談しにいきましょう!

令和6年 高根中学校
よい菌でしよう選手権!
選抜おみのは...この方々!
おめでとうございまあ

グランプリ 304 山下琴音さん
準グランプリ 303 岡本翼くん
303 野村旺佑くん

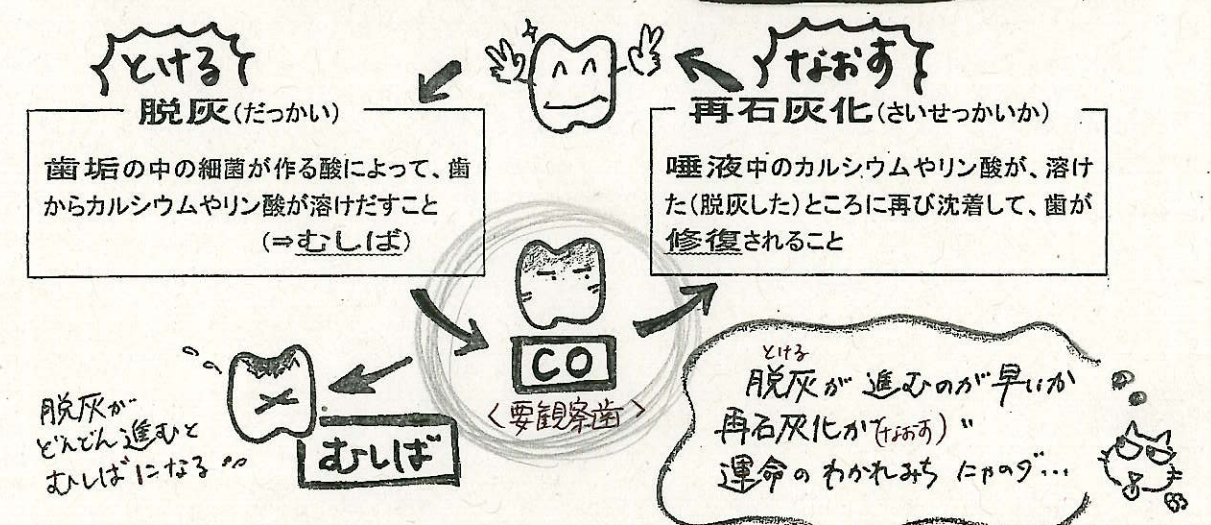
歯科検診

要観察歯(CO)に注目してみたい!!

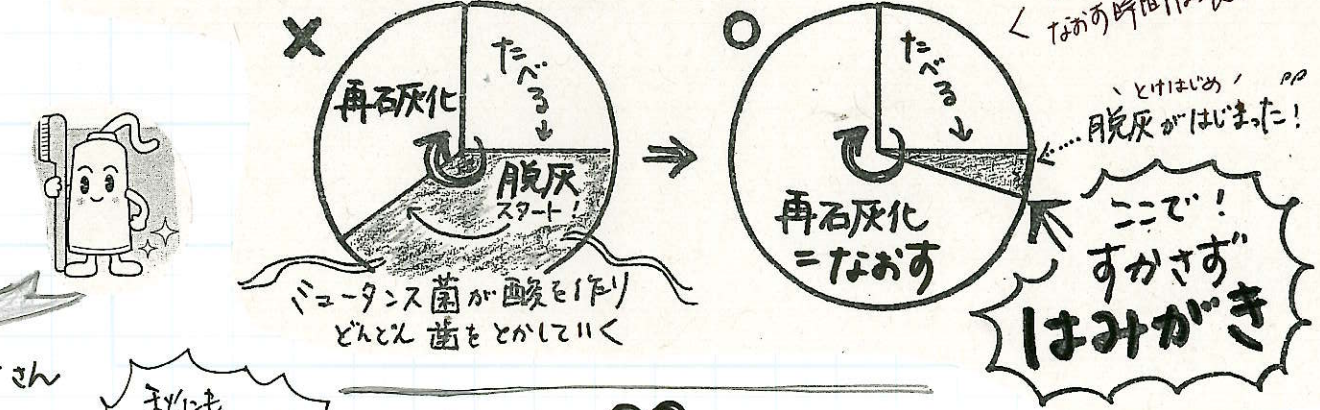
	1年男	2年男	3年男	1年女	2年女	3年女	1年	2年	3年	全校
歯科検診を受けた人数	60	55	68	53	49	53	113	104	121	338
健康です!	37	25	25	36	23	22	73	48	47	168
① 要観察歯 (CO)	14	20	10	12	17	15	26	37	25	88
② むし歯 (C)	7	7	13	10	12	15	17	19	28	64
③ 歯肉が心配	10	11	11	5	8	4	15	19	15	49
④ 歯石ついています	0	5	18	0	1	13	0	6	31	37

CO^シはむしば? むしばじゃない?!

COは... むしばになっちゃうな **グロース** の菌



< 脱灰と再石灰化のサイクル >



来にも
歯科検診が
あります

COだった88人の人が
健康な歯になっているといいですね

修学旅行

行ってきましてレポート!!

長年、京都修学旅行の引率をしてきましたが、私も初めての

「座禅」&「和尚さんのありがたいお話体験」

これについて、私は今書きたくてウズウズしているのです。

なぜならば!! とてもおもしろくて、とてもタメになって、とてもバにしまる
深い話だったから! 1、2年生のみんなにも、おうちの方にも お伝えしたい!!

でもでも... なかなかペンが進まないのです。

あの、和尚さんの感動のお話をどうやってみんなさんに伝えらるか... 私はそれをずっと
考えているのです。... がんばって思い出します... が

いい話やったー!!
3年生はどうでしたか?

でもどうか、あまり細かいツッコミなしで 雰囲気を感じてください。

(あのやらかしけど 力強い京都弁でそのまゝお伝えしたいのですが... 正確ではありません。
和尚さん ごめんなさい。)

和尚さんのありがたいお話 その1

「今 この瞬間は あたりまえではない」

みなさんは、京都まで何で きはったん?

そか、新幹線か? えーな新幹線

新幹線ができたの いつか知っとるか?

こないだ東京オリンピックあったやろ、あれ2回目や

1回目の東京オリンピックな、昭和39年...

昭和20年に戦争終わって 戦後19年やで

戦後19年で、オリンピックやるために、新幹線作ってな

関西から東京まで 7時間近くかかってたのが、3時間や

和尚さんな、その時7歳、みんなと同じ15歳の時には、マキ割ったった

震災孤児って言葉 知っとるか

震災で、おとうちゃん、おかあちゃん、死んでもうた、

たった一人で生きていかならん、それが震災孤児

こころは、30年近く前な、阪神淡路大震災で えらい被害こうむった

東日本大震災... みんなは覚えとらん

東日本では、震災孤児がものすごく多かった

昼間やったからな、おとうちゃんもおかあちゃんも仕事や、こどもは学校や

みんなバラバラやったんや

今年の正月、地震あったな、能登地震

受験勉強せなあかんの、学校いかれへんかった、先生も友だちもバラバラや

勉強なんかできんかった、くやしいな

数年前、これはみんな覚えてるな

コロナの大流行で、修学旅行いかれへんかった時もあったな

みんなどうや、

今日、新幹線に乗って、仲間と先生と修学旅行にこられてる

これ、普通のことか

... そやないな

朝起こしてもろて、朝ごはん出てきて、学校いけて、

クラブ活動できて、塾いかせてもろて、

あったかいお布団で寝られるんや

これ普通のことか

しんどいこともある、つらいこともある

けど、今いる自分の場所は、特別なんや

生きてる

学校いける

おうちがある ... 忘れたらあかんよ

和尚さんのありがたいお話 その2

「みんな力を持っている、自分を変えられるのは自分!」

こんなかに、えらい かしこいな~っていう子おるやろ

勉強できるやつもおるし、運動できるやつもおるな

「おしよーさあん、おしよーさあん、なんでぼく、なんも でけへんのやろ~」

そやな、人間いろんな力があるな

集中力、記憶力、判断力、観察力、実行力...

ぼく なんもあらへん~って思ったやつ おるか

けどな、みんなオギヤーと生まれた時は どないやった

力に差はあったか

歩き方、誰かに教わったか シャベリ方、誰かに教わったか

1年たったら、歩きよる 2年たったら、シャベリおる

6歳になったけど、歩き方、よわからんな~ってやつ おらんやろ

ここにいる全員が 誰にも教わらずにできたんや

どうだ、すごいやろ

そこからが問題だ

力は確かにいろいろあって、だれにどれだけの力があるかは それぞれだな

自分になんの力がどのくらいあるか、知っとるやつおるか

おらん

ってことは、何が違うか

ここからは、自分の力を信じていることができるかどうか、そこなんだ

持っているはずの力を出せるかどうかは、そこにかかるとる

じゃあ、自分の力が見えた方がいいんかな

... いや、みえたらあかん

「ぼく、これっぽちやわ~、もうやめやめ~」

って、努力せへんようになってしまうやろ

見えへんからこそ、限界に挑戦できるんだな

あのな、浅田真央ちゃん知っとるか

日本中の期待をしょって、金メダルを取りに行ったんや、ソチオリンピックな

1本目のショートプログラム、まさかの自己最低点で16位

日本中のみんなが、どうした真央ちゃん、フリーはもうムリか... って

真央ちゃん、放心状態やった

きっと夜眠れなかっただろな

ところが翌日のフリー、なんと自己最高点をたたき出して、6位入賞

これが人間の強さだな

たった一晩で、どん底の自分を変えることができた真央ちゃん

これな、人間だけにできること

人間は 自分で自分を変えることができる

受験勉強もな、クラブ活動もな、がんばりや

おれもちゃんとみんなに話を
あけて... 10月12日
さすがに和尚の手書きでは
読みにくいだろうと思い
PCで打ってしまいました。
おれも読んで
ありがとうございます♡