



柏葉



平成29年7月 7日(金)
 福島県白河市立東北中学校
 発行責任者 校長 星 喜博
 スローガン「前進」

学校保健委員会が開催されました

6月29日(木)本校会議室において、学校歯科医の五十嵐先生、学校薬剤師の渡辺先生をお迎えし、第1回学校保健委員会が開催されました。今回は定期健康診断の結果をもとに、学校保健の推進に向けて、様々な話し合いがなされました。以下に先生方からのアドバイスを記載します。保健委員会での協議内容を生かして、これからも保健活動の発展に努めてまいります。

五十嵐先生より

- ばい菌は口の中で作られる。歯磨きを習慣づけることが大切。
- 歯磨きは食後30分ほどがよい。
- 歯ブラシは小さめのものを小刻みに使う。自分に合ったものを見つけてください。

渡辺先生より

- 薬は15歳以上で大人と一緒にの量になる。
- 日本の水は軟水で、ミネラル分が少ない。また、日本人はカルシウムを取りづらい環境にある。できるだけ小魚など、カルシウムを取るように心がけていただきたい。

薬物乱用防止教室が行われました



7月3日(月)の6校時、学校薬剤師の渡辺力先生を講師にお招きし、3年生を対象に薬物乱用防止教室が行われました。映像資料の視聴やグループディスカッションを通して、危険ドラッグの恐ろしさや健康の大切さについて理解を深めることができました。

～生徒の感想～

渡辺先生の話聞いてわかったことは？

健康の三原則(適度な運動、栄養バランスのとれた食事、十分な睡眠)について。体に「自然治癒力」があり、それは心身が健康な時に力が強いこと。血中濃度(薬が効くか効かないか)は薬の指定された回数、個数を飲まなければ濃度が下がってしまったり、副作用が表れてしまったりすること。薬を飲む時は水がいいことや自分でもらった薬以外は飲まない方がよいこと。「薬を服用する七つの約束」があること。薬物乱用をすると心身や脳が壊れていき、周りの人に迷惑を与えること。薬物乱用の恐ろしさなど、たくさんのことを学ぶことができました。

3年2組U, S

今後、自分ができること、気をつけたいことは？

誰かから違法薬物を勧められても、「ダメ、ゼッタイ」を合い言葉にキッパリと断りたいです。勧められた誰かが、もし自分の大切な人だったらなおさらです。気づいたら周りの信頼できる大人に事情を話し、しっかりとした対策をとってもらうのが、まだ子どもである私たちができる最大の「拒絶」だと思います。甘い誘惑に負けない自分でいたいです。

3年1組H, S

漢字コンテストが行われました



7月3日（火）5校時に漢字コンテストが実施されました。これまで、朝の豆テストや三週にわたる週末課題、プレテストを行って臨んだ当日、合格率は98%でした。やればできる東北中生。これからも切磋琢磨の精神で、各種コンテストにしっかりと取り組んでいきたいものです。

陸上県大会、十文字君5位入賞！

7月4日（火）～6日（木）開成山陸上競技場で福島県中体連陸上競技大会が開催され、本校からは9名の選手が出場しました。出場した選手の皆さんは、その多くが自己ベストを更新しました。中でも1年1500Mに出場した十文字君は5位入賞という素晴らしい結果を残しました。各選手とも、参加態度も県南地区の代表にふさわしい立派な様子が見られました。



今後の行事予定

～夏休みまで2週間です。計画的に私物を持ち帰ろう～

日	曜	行 事	日課変更	備 考	給食
10	月	全校朝会 「少年の主張」大会(2年生参加) SC成井先生来校	月2～5火56	弁当	×
11	火	放射線学習会（1年） 私立高校説明会（2、3年）	火1～4学学		○
12	水	租税教室（3年） 諸会費集金 ノ一部活デー ※強化清掃	水124総火5		○
13	木	実力テスト（1、2年） 週番引継会 フッ化物洗口 ※強化清掃	木1～4、6道		○
14	金	白河歴史再発見事業（1年）漢字検定			○
15	土				
16	日				
17	月	海 の 日			
18	火	フッ化物洗口 ※強化清掃	火2356月56		○
19	水	奉仕部会④ ※強化清掃	水1～3月24総	部活動可	○
20	木	1学期終業式 県中体連総合大会壮行会	木16学行学	部活動なし	○
21	金	夏季休業日（1日目）			
22	土	夏季休業日（2日目）県中体連総合大会			
23	日	夏季休業日（3日目）県中体連総合大会			

○7月11日（火）の私立高校説明会ですが、暑さが予想されるため、会場を食堂に変更させていただきます。受付は体育館入り口です。駐車場は校庭です。上履きをご持参ください。