

ほけんだより



2016/12/12

寄宮中学校
保健室 平安名



一陽来復 いちようらいふく

12月21日は冬至です。この日を境に少しずつ、日が長くなることから『一陽来復』ともいいます。物事がよいほうに向かうという意味にも使われる言葉です。今年一年、良いことがなかったなあ〜となげいているあなた、冬至に作るトウモロコシジュウシー(田芋入り)を食べて下さい。ジュウシーを食べて良いことがあるといいですね。もうすぐ、2016年も終わります。あなたにとってどんな一年でしたか？

一陽来復で、新しい年が良いこと、嬉しいことがいっぱいありますように！！

クリスマススペシャルクイズ

ことわざクイズ 左の文章と関係のある部分を線で結びましょう。

- | | | | |
|-----------------|---|---|---|
| ①三角になつたり、丸くなつたり | ・ | ・ | 腹 |
| ②使いすぎると、棒になることも | ・ | ・ | 足 |
| ③タコができることがあります | ・ | ・ | 目 |
| ④打つたり、焼いたりすることも | ・ | ・ | 手 |
| ⑤黒い人もいます | ・ | ・ | 耳 |

語源はどれだ 次の言葉の意味を、囲みの中から選んで()に書きましょう。

- ホルモン ()
 ウイルス ()
 爪 ()
 髪 ()
 インフルエンザ ()



端 衝 動 星 の 力 毒 上



言葉を探せ 文字の群れの中から、風邪に関係のある言葉を10個探し出して下さい。

ヲ ウ フ オ ネ カ エ セ
 イ ト ヌ ク ス コ ア チ
 ツ キ ニ ケ ノ メ ワ ム
 ヤ ナ ユ ヨ リ テ ル ソ
 シ シ ラ ロ ヒ ソ タ ヘ
 モ ン ホ エ イ ミ マ



◇1つの文字を2回まで使えます。
 ◇濁点(・)や半濁点(゜)をつけても構いません。

ヒント

- ①かぜの原因は、〇〇〇〇感染。
- ②かぜの主な症状(3つ)
- ③室内の〇〇〇は、50%以上に。
- ④休み時間ごとに窓を開けて〇〇〇を。
- ⑤熱があるときは、十分に〇〇〇〇補給を。
- ⑥かぜをひいた後の手当てより、まず〇〇〇が肝心。
- ⑦かぜのウイルスは、〇〇やのどから感染します。
- ⑧外出から戻ったら、必ずうがいと〇〇〇〇を。



あなただけのGIFTを大切に

GIFTは、「贈り物」という意味で使われることが多いのですが、実はもう一つ意味があります。『才能』『資質』。「天から与えられるもの」というような意味合いです。

誰でも、一人ひとり「贈り物」を持って生まれます。自分に特技もないし、才能もない…と思っているあなたにも、必ず「良いところ」があるのです。クリスマスの季節、あなたのどこかに眠っている「贈り物」を見つけて、自分へのプレゼントにしませんか？

I can help yuu I hava gift !!



今年のあなたを漢字で表すと？

毎年12月12日に、「今年の漢字」が発表されます。京都の清水寺で、お坊さんがその年を象徴する漢字一文字を書いている姿、ニュースで見たことはないですか。毎年「いい字」を「一字」は覚えてほしいという意味が込められているそうですよ。

では、あなたの2016年を表す漢字は何ですか？

- 楽しかったことは？
- 嬉しかったことは？
- 自信がついたことは？
- やり残したことは？



強い心をもって！

2017年は元気な顔で
会おうね！！

