

ほけんだより

流山市立常盤松中学校

之/日(土)の体育祭で、私は下くんの感動をいかに伝えます。
 勝つために全員が一所懸命ゴールに向かい、姿、その笑顔が絶えな
 かったダンス、組をひとつにまゆよりと大きな声を出し、いに応援団はど
 心が熱くはりました。一人ではできない、バンプでもできない、ひび
 にはまわってその集国の美を見せたいに伝えます。
 この姿を真近で見られる私は、本当に幸せに感じました。
 おつかい不承でした！すみ ありがとう！！



家族で確認しておこう！！

『もしも』に備えて
 災害はいつ・どこで起きるかわかりません。「もしも」の時に
 どう行動するのかわ、家族で話(合)ふおきまよう！！

- ◎ 地域や家から近い「避難場所」は??
- ◎ 連絡を取り合える「手段」は??
- ◎ 避難する時の「持ち物」は??
- ◎ 家の周りの「危険な場所」は??

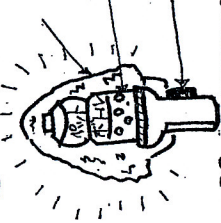
★停電時に役立つ

ランタン(灯り)の作り方

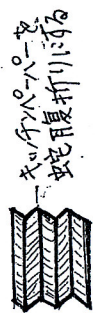
スーパーのレジ袋をくしくしやる

ペットボトルに水を半分くらい入れる

懐中電灯



★簡単紙マスの作り方



紙の両端を折り、輪ゴムを
 (はさみ、ボキキスで止める
 (針の向きに注意))

脳脊髄液減少症

について...

<症状>

脳脊髄液 (脳と脊髄を守る液体) の役割が
 減り続ける症状

長期に渡り、頭痛・頸部痛・めまい・吐き気・
 視力低下・思考力や記憶力の低下など
 様々な症状を呈する疾患です。
 ※「び因性」と間違えられやすいです。

<原因>

交通事故によるむち打ち症や、スポーツ外傷など
 身体への強い衝撃によるものが多く、一方で
 薬を吹いたにだけや、ろう下をずらして転んだとい
 軽々と思われ、衝撃の時期があります。

<現在の医学的現状>

専門家の間で研究が行われていて、この病気に
 長引く病院もあります。詳しい情報をお知り
 たい方には上記の症状でお悩みがありましたら
 学校、保健室(安田)までお問い合わせください。
 ◎ 家族や周囲の温かい言葉や理解が大切

◎ 保健室の窓から 体育祭練習期間に見た「いい話」
 ◎ 1年生の女子が応援団でがんばり過ぎて、保健室
 で休んでいると、休憩時間には、兄が「これ飲んで
 治せば、お前の水筒を自分が使おう」と、自分の
 水筒を妹に渡して、また、飲んでいよいよ「スガッ」
 ◎ 1年生の女子が応援団でがんばり過ぎて、保健室
 で休んでいると、休憩時間には、兄が「これ飲んで
 治せば、お前の水筒を自分が使おう」と、自分の
 水筒を妹に渡して、また、飲んでいよいよ「スガッ」
 ◎ 1年生の女子が応援団でがんばり過ぎて、保健室
 で休んでいると、休憩時間には、兄が「これ飲んで
 治せば、お前の水筒を自分が使おう」と、自分の
 水筒を妹に渡して、また、飲んでいよいよ「スガッ」

