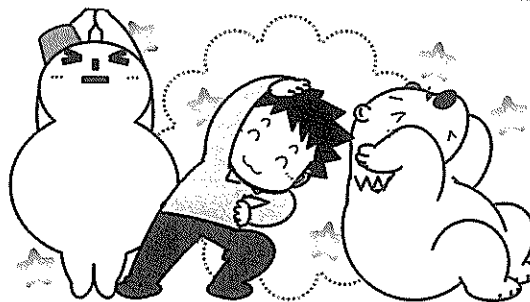


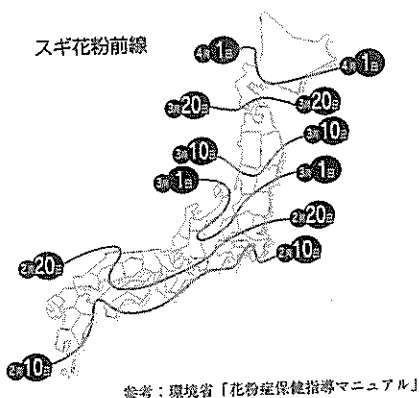
2月15日～17日は

スキー学習

1年生の皆さんは、もうすぐスキー学習ですね。寒さに負けず、スキーを楽しんでください。スキーで体をたっぷり動かすと疲れがたまります。その日の夜は、就寝時間を守り、ゆっくり眠りましょう。疲れをとるには、しっかり眠ることがいちばんです。



スギ花粉前線にご注意を

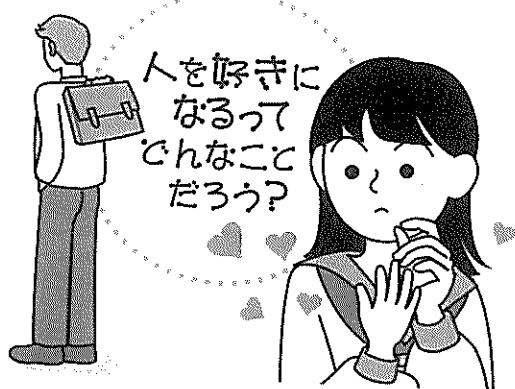


この時期は、かぜ、インフルエンザの流行とともに、そろそろスギ花粉症に悩まされる人も現れる頃です。左の図は、スギ花粉前線の平均値(1998～2007年)です。

花粉の量は飛び始めてから、7～10日後から増え始めるそうです。晴れて、気温が高い日、空気が乾燥してかぜが強い日には、花粉が多くなるので注意しましょう。

少しでも楽に過ごすには

☆こまめに手洗い、うがいをする ☆窓や戸を閉めておく ☆メガネやマスクを着用



●Aくんの場合●

カノジョができた！学校に行くのが、こんなに楽しいのは初めて。授業中も休み時間になるのが待ち遠しくて。でも、カノジョがちょっとでも他の男と話していると気になるし、僕のカノジョなのに…と、カノジョにも、その男にも腹が立ってくる。こんな僕って変？



●Cくんの場合●

1年間思い続けた女の子に思いきって告白したのに、見事にふられてしまった。そればかりか、最近は僕のことを避けているみたい。前はふつうに話していたのに…。僕のことを嫌いになったのか、もともと嫌われていたのか…。こんなことなら、初めから知らない人だったらよかったのに？



あなたの心の中で小さく芽生えた「好き」という気持ちがだんだん育っていくと、上のAくんやCくんのように相手との関わりの中で新しい悩みも生まれてくるでしょう。

「好き」という気持ちは、自分だけでなく相手の心やからだも大切に考えることなのです。あなたの「好き」を大切に育てて、心豊かな、すてきな大人になってください。

