

ほけんだより

令和7年3月
大山崎中学校
3月号
保健室 No.11

3年生は卒業、1・2年生は進級を迎えます。次のステージに向け、準備を始める時期です。

秋頃、「放課後カルテ」という保健室が舞台となるドラマを観ていました。

皆さんの体や心の痛みに寄り添うことの大切さを改めて考え、感じる事が多くありました。

私たちは、時に悩みや不安を抱えながら前へ進んでいきます。その一步一步に意味があり、決して一人ではないことを忘れないでいて欲しいと思っています。

放課後カルテの主題歌「どんな小さな／作詞・作曲：橋口 洋平」の歌詞の一節を紹介します。

(前略)

君のどんな小さな一歩にも君のどんな小さな勇気にも 昨日と少し違う自分を誇れるように
君が選り歩いた道にしか咲くことのない花があるんだ ずっとずっと見守ってるから 笑っていて欲しい

(中略)

君のどんな小さな涙にも君のどんな小さな痛みにも 居場所があり一人じゃないこと伝わるように
君が好きになれない君にしか見つけられない愛もあるんだ ずっとずっと味方であるからそのまんなの君でいて

君のどんな小さなプライドも君のどんな小さな強がりも そうすることで守りたいもの気づけるように
君の抱え続けた苦しみも君の拭いきれない悲しみも 無駄なものなんてなかったんだと笑えるように wow-oh

君のどんな小さな一歩にも君のどんな小さな勇気にも 昨日と少し違う自分を誇れるように
君が選り歩いた道にしか咲くことのない花があるんだ ずっとずっと信じているからそのまんなの君でいて
どうか笑っていて欲しい La-la-la, la-la-la, la-la-la-la-la

この歌詞のように、日々の経験全てが大きな糧となり、皆さんの心と体の成長に結びついています。

健康に留意し、自分のペースで、成長していく皆さんの姿を、ずっと… 保健室から応援しています。

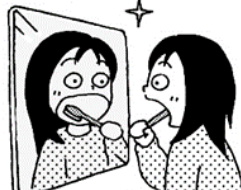
健康のために
続けてほしい
生活習慣

手洗い・うがい



病気の予防が基本です!

歯みがき



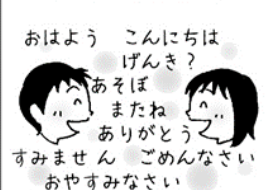
1日1回は
鏡を見てみがこう!

食べて、出す



快食・快便はココロと
カラダのスッキリのもと

笑顔であいさつ



笑う門には福来たる!

* 3年生の保護者の皆様へ *

お子様のご卒業、おめでとうございます。

中学3年間の中では、お子様がケガや病気を患ったり、何かで悩まれる姿があったり等、ご心配もあったことと思います。至らぬ点多々ある中、学校保健活動や保健室での対応にご理解とご協力頂きましたこと、本当に感謝しております。皆様の益々のご活躍をお祈りいたします。



See you again someday.