

ほけんだより (卒業記念号)



島根県立隠岐高等学校 保健室 令和4年2月28日(月)

卒業 おめでとう!



いよいよ卒業の時を迎えましたね!

3年生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。
3年間の高校生活、たくさんの思い出があるでしょう。
うれしかったことも、楽しかったことも
悲しかったことも、くやしかったことも…。

日々のいろいろな経験を通して
少しずつ大人へと成長してきましたね。
本物の大人になるには、たくさんの時間と出会いと
経験が必要です。ゆっくりと時間をかけて心の中
まで本物の「大人」を目指してください。



日本スポーツ振興センター災害共済給付金

卒業後も治療が継続する場合、初診日から10
年間は医療費を請求することができます。申請
は、高校から行いますので、遠慮なくお申し出
ください。

(ただし、事故発生から2年間手続きを行わな
ければ時効となるので注意!)

春から大学や専門学校等に進学、企業等に
就職して…そこでは、飲酒を伴う会合に誘われ
る機会があるかもしれません。そういった飲み会での
死亡事故が後を絶ちません。「未成年ですから」とし
っかり断りましょう。また、タバコは健康に大きく影響し
ドラッグ(薬物乱用)は使用しなくても持っているだけ
でも法律により罰せられます。

自分の身体を守るために、誰が相手でも
はっきり「NO!」と断る強さを
持っていてください。

頑張っても頑張っても
結果が出ないときや、ヘトヘトに疲れ切っ
てしまったときは、思い切って休憩することも大事です。
頑張り屋の多い隠岐高生は、休むことがちょっと苦手。
時には、自分にご褒美をあげることを
忘れないでね。

チャンスをつかめ!
夢は自分で切り開くもの!
苦しくても自分の手で
幸せをつかんで欲しい!

Wakizaka Yasue

