

～ 1学期を終えて ～



1学期も今日で終わり、明日より夏休みが始まります。今年の夏も猛暑と言われていますが、2学期が始まる8月はどうなっているでしょうか。休みの間も体調の変化に気を配って、健康的な生活を心がけましょう。

☆花ノ坊通信では、皆さんから掲載してほしい記事などを募集しています。次のURLからの回答または高等部教員へ気軽にお声かけください。感想も募集しています。

花ノ坊通信アンケート：<https://x.gd/7efBj>

～ 理療科 ～

6月10日に1・2年生の臨床見学が実施されました。2年生は午前中に治療院へ行き、臨床で長年活躍されている先生の技術を体験し、先生から熱い思いや様々な経験を聞かせていただきました。午後は1・2年生合同でヘルスキーパーの見学へ。卒業生の話を聞かせていただき、治療院とはまた違った職場を知ることができました。



～ 普通科 ～

2組では、将来の自立に向けた練習として、身の回りの掃除を行っています。教室は物も多く、掃除する際には逐一動かさなくてははいけません。電化製品のコンセントを抜いて移動させ、それから掃除機やフローリングワイパーを駆使して床をきれいにしました。



文化祭での舞台発表に向けて、教員と一緒にダンスの練習を行いました。1つ1つの動きも慣れるまでは戸惑ってしまいます。それがつなげた1つのダンスとなると、さらに難しくなってしまいます。さて、文化祭までに素敵なダンスを踊れるようになっているでしょうか。本番を乞うご期待！



～ 花ノ坊コラム ～

東洋医学には「気」というものがあり、体に流れているエネルギーの様なもので、気のバランスが崩れると健康や疾病に影響を与えられています。暑い夏、汗をかくと気も消耗するため、だるい、疲れるなどの夏バテ症状が起こります。防止するには「気を補う」食事を摂る事が大切です。気を補う食物として、オクラ・長いも・わかめなどのねばねばしたもの、青じそ・ショウガ・みょうがなどの香味野菜があります。夏バテ防止のために、ねばねば食材を活かした料理を食べて夏を乗り切りましょう。