

ほけんだより

令和7年1月
大山崎中学校
1月号
保健室 No.9

新しい年が始まり、1ヶ月が経とうとしています。今年の目標を立てた人も多いと思います。その目標達成ための計画は進んでいますか。進んでいないときは軌道修正をしていきたいですね。どのように軌道修正すればよいか分からない…という時は、一人で抱えず、信頼できる大人や友達に相談することも大切です。誰にどう相談したらよいか分からない…という時、保健室のことを思い出してください。



3年生の皆さん、春が来るまでもう少し。睡眠・栄養をしっかりとって、「心身のコンディション調整に重点を移していく時期」に来ています。今まで得てきた力を存分に発揮してほしいです。応援しています。

積極的に運動しようよ!



えがおとやさしさ、
プレゼント

感染予防に役立つ

手洗い・消毒
だけじゃない!

あんなこと

こんなこと

