

すこやか No.9

Merry Christmas!

平成29年12月25日(月)
輪之内中学校 保健だより

冬休みが始まります！！

2学期もあと1日となりました。1・2学期を振り返って、自分の健康状態はどうだったでしょうか？保健室では、睡眠不足で体調を崩す人が多かったように感じます。

学校全体では、かぜやインフルエンザが流行することなく2学期が終えることができそうです。しかし、油断は禁物。冬休みが始まりますが、ダラダラと生活しないで、早寝・早起きをしたりこまめに手洗い・うがいをしたりと、健康を意識して生活していきましょう。



生活・健康チェックについて

夏休みと10月に行った生活・健康チェックを冬休みの最後の5日間にも実施します。冬休みの生活リズムから、学校生活のリズムを取り戻すことを目的としています。

輪之内町内の小中学校で同一実施しますので、兄弟、姉妹、親子で互いに声をかけ合って生活を見直していきましょう。

1月9日(火)提出です。

忘れないように！！

