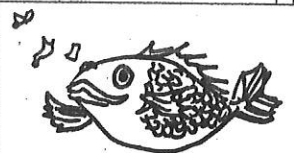


ほけんだより 春休み号

R4年3月15日 春日出中学校保健室発行



3月の旬 めで「タイ」!

● 1学年のしめくくり ●

3学期、残すところ1週間となりました。今年度も新型コロナの影響でさまざまな活動の制限がありました。そんな中でも、それぞれが大きく成長できたのではないのでしょうか。春休みは、次の学年への大事な準備期間です。こころとからだをととのえて、有意義な時間にしてほしいです。

● 春休みは あらたなステージ あらたな自分 への 準備時間! ●

気持ちよく、新しい学年にすすめるよう、こころとからだの調子をととのえましょう。そこで、おすすめなのが・・・

1年間のふりかえりをしよう

●できたこと／もうちょっとがんばれたこと・・・

できたことは続けていこう! もうちょっとだったところは、くよくよ考えて落ち込まず、「新学期から、やってみよう!」

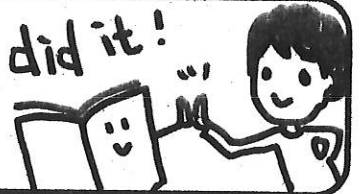
I can?
Do it!



●勉強道具 身の回りの 整理整頓

1年間使った教科書やノート、プリント類・・・よくがんばったね、って言いながら片づけをしよう。

I did it!



●生活リズムはくずさない!

起きる・寝る・勉強する 生活時間を春休み中もキープしよう。新学期をきもちよく始めるために絶対大事!!

Are You Ready?



そして、もちろん、感染症対策も

マスク着用



外出先・ひとと接するとき

手洗い・消毒



こまめな手洗い

健康観察

検温



春休み中も、つづけてね!

裏面 新学年へのカウントダウン健康観察表。