

保健だより



三重大学教育学部附属中学校 保健室
No. 10 令和7年1月9日(木)

新しい1年が始まりました。冬休みは、生活リズムを崩すことなく過ごすことができましたか？

笑う
門には 福 来る



「1年の計は元旦にあり」という言葉がありますが、これは『何事もまず初めに計画を立てることが大切』という意味です。この1年はどんな1年にしたいですか？あらかじめ目標や計画を立てて、一歩ずつでも着実に成長できる1年にしましょう。

やる気
スイッチ

オン!



感染症を予防して元気に過ごそう!



インフルエンザや新型コロナウイルスが流行しています。

これから特に3年生は、進路を決めるための大事な時期に入ってきます。

毎日の手洗いや生活習慣(休養・食事・運動)など、油断せずに予防を心がけてほしいと思います。



<1月の間違い探し>

全部で7か所、異なる箇所があります! 答えは、保健室前に掲示してあります。

