

パズル

根室市立落石中学校
ほけんだより 4月①
平成26年4月7日

入学・進級おめでとうございます。

保健室の ですよ！

新しい9名の仲間が加わった、26名の落石中学校のみなさんが、生き生きと学校生活をおくることができるように、サポートしていきたいと思います。

今年度もよろしくお祈りします！



～ほけんだより「パズル」～

人には個性があります。一人一人見た目も感じ方もちがいます。でもそれでいいのです。パズルのピースのようにうまくつなぎあっていけば、素敵なものができあがります。

「ありのままの自分と相手を大切にしよう」、そんな思いを込めて、ほけんだよりを「パズル」と名付けています。保健行事にかかわる大事なお知らせもせていきますので、必ずお家の人にも見せて下さいね。

中学生は、身長や体重の他にも、目には見えにくいところでも、大きく成長・

発達している時期です。そんな今だからこそ、自分の健康に目を向けて、正しい生活習

慣を身につけてほしいと思います。今、夜更かしや朝食欠食・偏食などといった生活を送っ

ている場合、現在の体調不良につながるだけでなく、大人になってからの生活にも影響を与

えます。この時期に、自分で自分の生活を管理できる力をつけられるよう、一緒に健康作り

に取り組んでいきましょう。

1年生の保護者の方へ 《お願い》

3年間使用する『健康の記録』をお渡ししています。健康状態を正確に把握するとともに、不測の事態に備えるため、緊急連絡先やかかりつけの病院、既往症、予防接種歴、アレルギー等の記入をお願いいたします。

4/10(木)までに担任の先生にご提出下さい。