2023 年度　学校保健目標　長く働ける体づくり

１年生宿泊学習　大接戦のリバーボート編
笑顔がいい!!(^^)/

笑顔が見える「学校の日常」が、少しずつ戻ってきました。(^^)/

これからは、過剰なアルコール消毒から手洗い習慣。どこでもマスクから換気・うがい重視の感染症対策へとかじを切ります。

高等養護に

春よ来い。

令和５年度　保健だより
№1　５月　25 日発行
愛知高等養護学校　静養室

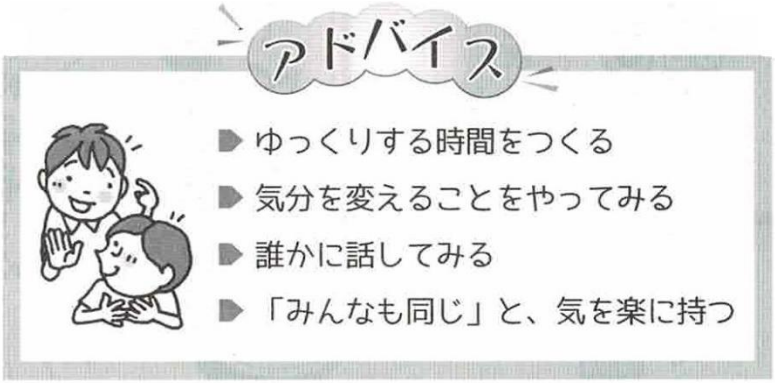
ちょっとだけ

疲れてる?

学校にも友達にもようやくなれた頃・・・。

■体と心をチェックしてみよう

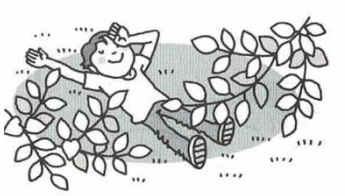
新しい環境の中でがんばりすぎると体やこころが「ちょっと休憩して」のサインを出すことがあります。チェックがいくつかついた人はちょっと息抜きを工夫してみましょう。



そこで!!(うら面へ)

誰だって、一人になりたいときもある。

高等養護には人と離れて、
静かに過すスペースを設けています。



休み時間に涼しいろうかに出て、静かに緑をながめるのもいいね。
教室の机等でグーグー寝ていた先輩もいたよ。(^^♪
休み時間の使い方を、自分で調整してみよう。

本好きにはたまらない、図書コーナー。
文化クラブ制作の切り株のいすが和むスペースです。

暑さと疲れでイライラしがち、少し気持ちを落ち着かせたいときは、ぜひ利用してね。