

おはよう!

4263

5月28日 火曜日

おはようございます。

最近、修学旅行後や気候の変化で体調をくずしている人が増えてきています。先週は保健室に体調不良で来る人がたくさんいたそうです。1・2年生は来月に林間学園や校外学習がひかえています。

全員がそろって行けるように今日から生活を見直してみよう。免疫力を高めるためには、睡眠をとること、

3食しっかり食べることが大切です。早く寝て早く起きること。朝食・昼食・夕食を食べることができていますか？

体調をくずしてしまうと、楽しいことも楽しめなくなったりしてしまいます。1・2年生は特に気をつけて過ごしていきましよう。

尿検査一次予備、清掃なし、生徒総会、リハ、放課後