

## 卒業おめでとう!

3月8日(金)の朝、皆さんの顔がとても晴れやかな表情をしていて、教室で友達と楽しく話す姿が、ほほえましく、とても印象に残っています。受験お疲れさまでした。

そして、いよいよ今週14日(木)は卒業式ですね。朝から外の掃除を頑張る姿や細かい所によく気がついて、助けてくれる姿が見られなくなるのはさみしいですが、3年生一人一人が自分で決めた道を真摯に自分を信じて進んでいくことができるよう祈っています。これからも心も体も大切に!



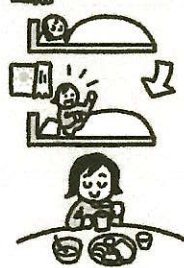
## 新しいスタートを良いものにするために...

### 春休みの過ごし方

歯の治療は済んでいますか? 他にも気になるところがあれば治療しておきましょう。



ルーズな生活にならないよう休み中も早寝早起きをつけ、朝食もきちんと摂りましょう。



やりすぎないようにスマホは使用時間を決めて守りましょう。たまには電源オフの日も!



ストレスがたまっていないか? 休みを利用して上手に気分転換を図りましょう。



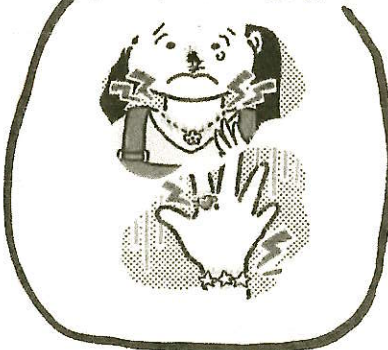
身のまわりを整理し、新年度を快適な状態でスタートできるようにしておきましょう。



## < 卒業したからOK! ってことじゃないよ! 気をつけて、そして自分を守ろう! >

みなさんの心と体は、まだまだ成長の途中。脳も20歳まで成長し続けます。これからもたくさんのごとを学んで、吸収していくために 次のことに気をつけよう! これまでの保健の授業で学んだこと思い出して!!

アクセサリーでの皮膚トラブル



化粧品での皮膚トラブル



SNSでのトラブル



お酒・タバコの誘い



# 脳をシャキッとさせて、新生活を迎えよう!

保健室からの卒業プレゼントです。「7つのまちがいさがし」。ぜひ、家族でチャレンジしてみてください。

※ 答えはホームページにのみ掲載します。



## 〈保護者の皆様〉

お子様のご卒業おめでとうございます。そして、3年間、本校の保健活動にご理解・ご協力誠にありがとうございました。私自身は3年生とは一年間の付き合いでしたが、専門部保健体育部員をはじめ、多くの生徒が手助けしてくれ、いつも元気に明るく、そして優しく接してくれました。とても大好きな3年生です。これからは、一人一人、それぞれの道を進んでいきますが、これからもお子様の健やかな成長とご家族のご多幸を桜中保健室から祈っています。ありがとうございました。

卒業 おめでとうございます。あ。

自分の信じる道を、自分の足で歩いてくださいね。

あなたの子わりにいる人を大切に。そして、自分を大切に。

林 美幸

3年生のみなさんには、多くの面でたくさん助けてもらいました。本当にありがとう。私の壁にぶち当たったとき、自分に言い聞かせていることがあります。それは、「神様は、乗り越えられない壁は人には与えない」ということ。これから先、様々な壁の立ちちはだかると思いますが、3年生の「元気さ、明るさ、頼もしさ、優しさ」を武器に乗り越えていってください。そして、いつでも健康第一!! 元気だね。卒業おめでとう!

保健室より  
愛をこめて



柴田由季

間違い探しの回答 (7つ見つけることができましたか?)

