

ほけんだより No.15

人間わかくさ高等特別支援学校
保健室

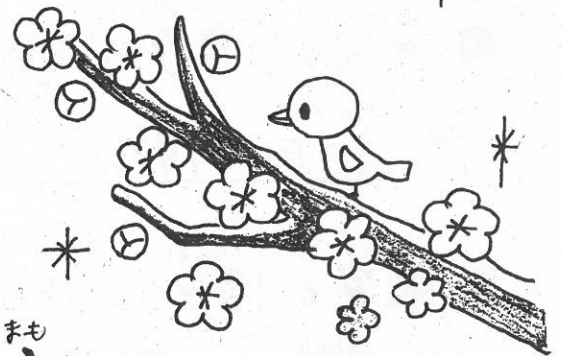
令和2年3月19日

3月16日に、高卒の先輩たちは卒業していきました。

春休みがあけたら、新しい教室での生活がはじまります。

初日を元気にむかえるためにも、春休み中も生活リズムをくずさないようにしましょう。

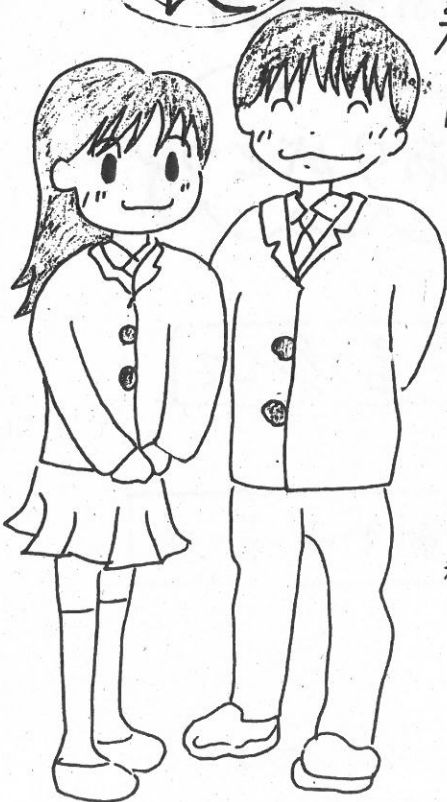
1年間一緒にがんばってきたクラスともあと少し。残りの日々を大切にしてください。



自分の健康は、自分で守れるように



たくさんの人との関わりの中で、心は大きく成長します。泣いてこらえて、悩んで、がんばって、しばらくの間は、不安定でイライラしやすいこともあるけれど、少しだけ相手のきもちを考へることができるようになったら成長したということです。



ほとんどのみなさんが、大人と同じ体になっています。でも、同じ人間なんてどこにもいません。人とくらべて、心配いなくても大丈夫。どうしても心配なときは、周りの大人に相談してください。



「健康は第一の富である」

エマーソン「人生読本」より