



令和5年9月
龍野東中学校



元気ですか～2学期が始まりました！

新学期、元気いっぱいスタートしたいところではありますが、保健室は体調不良者でいっぱいです(>_<) 寝不足、熱中症、発熱、風邪症状など来室理由は様々。新型コロナウイルス感染症も出ています。

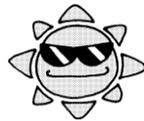
ここ数年の9月は真夏並み！新学期は、心身の調子を崩しやすい時期です。十分な睡眠、休養、こまめな水分補給を心がけ9月を元気に乗り切ろう！

2学期は、行きてんこ盛りです(^o^)



修学旅行・校外学習の注意！

注意1 まだまだ熱中症が心配です



暑い中での活動になりそうです。荷物になりますが、十分な水分を持って行くようにしてください。万が一、体調が悪くなった場合は、早めに先生に伝えるようにしてください。

注意2 けがをしないように

楽しいときはテンションが上がりがち・・・ルールやマナーをしっかりと守り、ケガや事故のないように気をつけてください。

注意3 薬について

乗り物に酔いやすい人、頭痛、腹痛など起こしやすい人など、薬が必要な人は、必ず自分に合った薬を準備して持って行くようにしてください。



※健康面で不安や心配なことがある場合は、事前に担任の先生や学年の先生に相談しましょう。

思いやりと気遣い

修学旅行や校外学習は、いつもより長い時間、友だちと過ごすことになります。活動中に自分の思いとは違った意見が出たり、思っていることが言えなかったりするような場面があるかもしれません。楽しい時間をみんなが楽しんで過ごせるように、互いに相手を思いやり、気遣う気持ちが大切です。

すてきな旅になるように、そして、2学期の行事がみなさんにとって、すてきな経験、思い出になりますように(^_^)

