

ほけんだより 1月

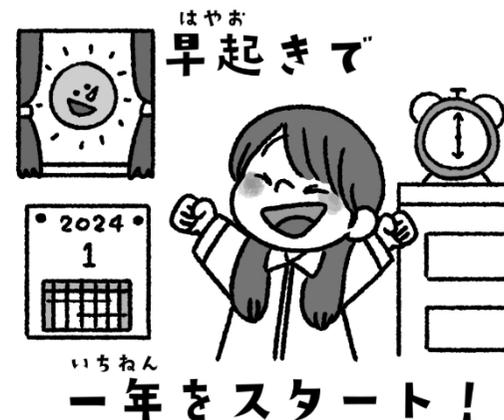
2025年 1月8日

東海大学付属熊本星翔高等学校 保健委員会

あけましておめでとうございます。新学期が始まりました。

冬休みは健康に気を付けて過ごすことができましたか？中には長期休暇で生活習慣が乱れてしまった人もいるのではないのでしょうか。早めに生活リズムを戻して学校生活を楽しみましょう！

また、インフルエンザが流行っているので予防として換気や手洗いうがいを心がけましょう。



お肉、お魚、野菜など



バランスよく食べる！

寝不足の子にも



感染しやすい！

感染しやすい子には



いないかな？

手は洗ったあとも



大事