



2022年 12月1日(木) 貴志中学校

冬休みも **元気**に過ごそう!

冬休みも **健康第一**

冬の事故に
気をつけて!

やけど

暖房器具のまわりで遊
んではいけません。
また、使い捨てカイロ
などによる低温やけどに
も注意。

交通事故

暗くなる時間が早くな
っています。明るい服を
着て出かけ、早めの帰宅
を心がけましょう。



早寝早起
がんばろう

手洗い・うがい
続けよう



食べすぎに
気を付けて



今年も残り1カ月となりました。月日がたつのは本当に早いものです。みなさんにとって、2022年はどんな一年でしたか? 年始めに立てた目標は、どのくらい達成できましたか? 冬休み中に今年一年を振り返ってみてください。2023年も、皆さんのさらなる飛躍を願っています。

毎朝 体温チェック・健康観察してますか?



毎朝の体温測定・健康観察は習慣化してきましたか? 「めんどくさい、朝そんな時間ない…」と家を飛び出してきてしまってる人もチラホラ? みんなが元気に過ごせるように、毎朝、体温チェック・健康観察、しっかりしてきてくださいね! 体調が悪い時は、家の人と相談してゆっくり休んでね。

のどが痛い! 寒気がする! こんなとき…

あなたはどちらをえらびますか?



家でゆっくり
過ごす



普段通り
人の多いところへ
出かける



早めに寝る



あたたかいものを
食べる



見たいテレビが
あるので夜ふかし



好きなものだけ
食べる



早く
元気になる!



もっと体調が
悪くなる



感染対策を
しっかりしよう



1年がんばったみなさんへ



「ケーキ」と言われれば思い浮かぶ、スポンジケーキに白いクリーム、いちごのつったショートケーキ。実は、日本で誕生したって知っていますか?

「お菓子で世の中を幸せにしたい」と願った一人の青年が、1922年に作ったのが始まりといわれています。そして、今年が誕生100周年。たくさんの人を幸せにし、変わらず愛され続けてきました。

今年はどうな年でしたか? 手洗いなどの感染症対策を続けてくれてありがとう。ほかに、たくさんがんばったことがあるはず。ケーキを食べながら、そんな自分をほめてあげましょう。来年また、笑顔のみなさんに会えることを楽しみにしています。

