



保健だより



2025年5月1日
五所川原第一高等学校

新学期がスタートして1か月が経ちました。新しい教室にも少しずつ慣れてきたと思います。この時期は、新しい環境の変化に対応しようとして、知らないうちに疲れがたまりやすくなります。リラックスできる時間を作り、気持ちを緩めましょう。

5月と言えば...

ゴールデンウィークや母の日  (お母さんやおばあちゃん、お世話になっている方へ感謝

謝を伝える日)

いつも一緒にいて当たり前になっていませんか。普段言えない事(感謝)を言う日にしましょう!!!



素直に...

ありがとう!!!!

と、 

『相談』

悩みや気分が落ち込んだり、もやもやするときは思い切って人に相談してみましょう。本校にもスクールカウンセラーが月に1回来ています。なんでも気軽に相談に来てください。

 5月のスクールカウンセラー来校日 



です。

<5月の保健行事予定>

1日(木)耳鼻科検診

9日(金)尿検査(1回目で持ってこれなかった人)

