

すこやか

三郷市立栄中学校
令和7年4月15日発行

保健室の利用の仕方チェック！

全校生徒が利用する保健室です。原則として、付き添いはいりません。一人で来室してください。ルールやマナーを守り、思いやりを持っての利用を心がけてください。



*朝、登校する前に、自分の健康状態はどうか、自分で考えてみましょう！

「昨日から具合が悪い」、「家で休んだらと言われたけど…」などの場合、無理をせずに休養することを勧めます。「具合悪いかも?!」と思ったら、体温測定もしてみましょう…。

新学期が始まって1週間、給食が始まり本格的にスタートしましたね。

睡眠をしっかりとり、朝ご飯を食べて、生活リズムを整えることを意識しましょう！