

せいとほけんいいんかいかつどう しょうかい 生徒保健委員会活動の紹介

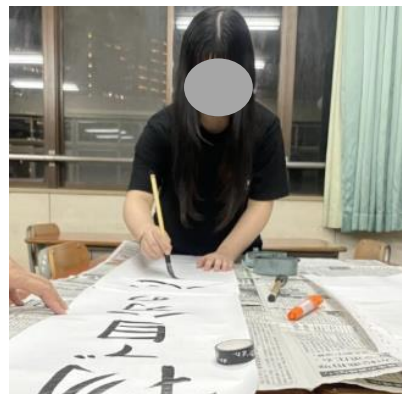
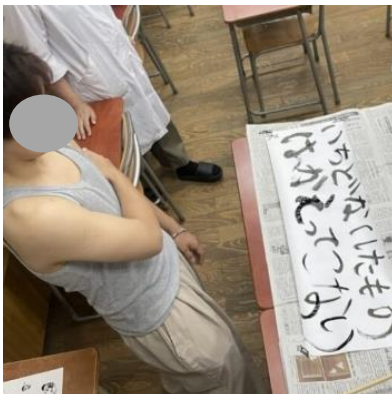
ポスター制作



夏は「熱中症対策」、冬は「薬物乱用防止啓発」をテーマにポスターを作成しました。ポスターはHR教室に掲示しました。



ぶんかさいてんじ 文化祭展示



クラスの準備と並行しながら、限られた参加人数にもかかわらず、しっかりと保健委員会のブースを盛り上げてくれました。

月1回放課後に集まり、様々な取り組みを行いました。
勉強やアルバイト等それぞれが忙しいなかで、委員会活動に参加してくれて本当にありがとうございました！

歩くときも 背筋を伸ばそう

寒くて猫背になって歩いていませんか。
猫背を続けていると体に負担がかかって
肩こりや腰痛、頭痛などの原因になります。
猫背を防ぐためにこんなことを意識して歩きましょう。

少し先を見る

肩の力を抜く

お腹に軽く力を入れる

腕を後ろに引くように動かす

