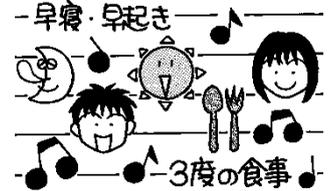


早寝・早起き・朝ごはん

規則正しい生活習慣のリズムが、毎日の健康生活を支えています。勉強に部活、習い事など、ますます忙しくなる中学校生活の中でも、**時間をうまく使って**生活しましょう。

合志中学校では、「朝、自分で起きる」ということに取り組んでいます。

自分で自分の生活をコントロールして、**自分の健康を管理する力**を身につけましょう。



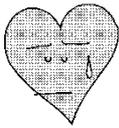
専門相談員体制

悩み事や心配事の相談窓口を紹介します。

一人で悩まないで！まずはおうちの方や先生、友だちに相談しましょう。なかなか解決できない時には、専門に話しを聞いてくれる方々がいます。

生徒はもちろん、保護者の方もご利用いただけます。

- ・ SC (スクールカウンセラー)
- ・ SSW (スクールソーシャルワーカー)
- ・ 教育相談員
- ・ 合志市 女性・子ども支援課
- ・ 合志市適応教室



(学校と家庭との中間的な存在として適応教室があります)

お願いです

- ①むし歯や視力など必要な**治療や検査を早めに済ませ**てください。
- ②**顔を見て健康観察**をして送りだしてください。



心と体の健康観察をお願いします。

中学生の時期は、心も体も大きく変化を迎える時期です。自分の成長に驚いたり戸惑ったりすることもあるでしょう、心のコントロールがうまくできずイライラしたりすることもあるかもしれません。心と体はつながっています。

心と体の変化に目を向けてしっかり健康観察をお願いします。

- ③緊急連絡先は確実に連絡が取れるところをお願いします。

連絡先が変更になった場合は、必ず連絡をお願いします。

- ④小学校と同様に、中学校においても学校管理下(学校、登下校、部活動等)で負傷等し、医療機関を受診した場合は、日本スポーツ振興センターを利用するようにお願いします。また、負傷、受診したことを学校(担任または部活動中の負傷であれば部活動顧問)へ連絡をしてください。申請に必要な書類をお渡しいたします。