

# ほけんだより

# 3月

平成 28 年 3 月 10 日  
伊丹市立西中学校  
保健室

**3 年生のみなさん、卒業おめでとう！**

**みなさんの門出を**

**心からお祝いします。**

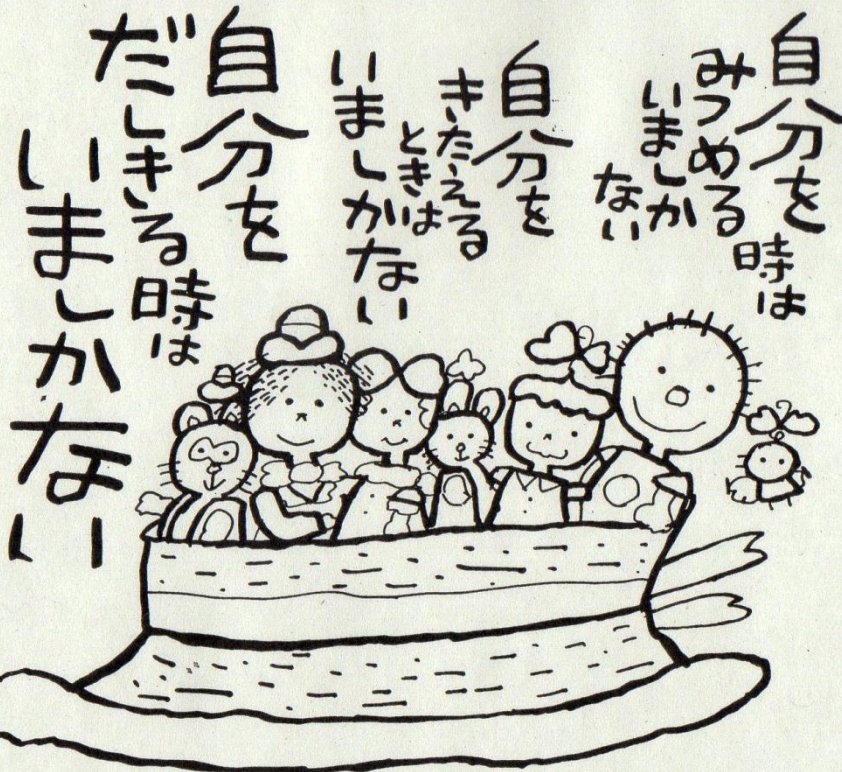


とうとう卒業する日がやってきましたね。

この3年間で、いろいろなことが積み重なって、たくさんの思い出ができたことと思います。

「健康」も思い出と同じように、毎日の積み重ねで作っていくもの。日々の食事や睡眠、運動などの生活習慣がみなさんの「健康」と深く結びついています。これから自分の人生を精一杯生きていくためには、今まで以上に健康管理が重要になってきます。「健康」という土台がしっかりしていれば、何とか乗り切れることも多いからです。みなさんの夢をかなえていくための必要な物です。これからも「健康」を大切な宝物として守り育ててくださいね。

3 年生のみなさんと一緒に過ごした日々・・・修学旅行、体育大会、文化祭、そして保健室で・・・  
みなさんとの出会いに感謝します。どうもありがとう。



須永博士