



令和4年3月11日(金)

栗源中学校 保健室



3年生の皆さんご卒業おめでとうございます！

今までありがとうございました



小学校～中学校 9ヶ年精勤賞

小学校から9年間、1日も学校を休んだことのない4人の皆さんに健康のヒケツをインタビューしました！



斎藤 凜空さん

健康の秘けつは毎朝強くもつことですね！
おたがいたてでものたがいたてで、運動すればな
おる。しよ！と書きかせれば自然とわかりますね！
病気になるというより病気になることにはなにもして
おるつもりで居ていれば、健康とれますね！

高橋 結雅さん

加湿運動、ヤマト

平野 萌さん

よく寝ること²²
免疫が²できる

古川 達葵さん

1年半ぐらゐ糸内豆を
食べていたと



中学校 3ヶ年精勤賞



石橋 花恵さん

毎日、朝二ヶんに、
めかぶを食べてます、おいしいヨッ
あは、
毎日、同じ時間にねておきてお
くさいしかなかったですね～。



木下 咲さん

毎日3食食べて、よく寝て
体を動かすことで体調
を崩しにくくなります、

齋藤 蒼蓮さん

大好きなリクくん
のために、毎日き
ました。それが毎日
こねた秘けつです、

斉藤 伊咲 さん

野菜を食べる。

以上

齋藤 未結 さん

毎日、ご飯を
必ず食べるこ!

佐藤 花音 さん

よくねる

朝ごはんたべろ

椎名 智也 さん

1日3食しっかり

食べる○○
○○

篠塚 陽太 さん

・かいしが泊まりにきたから
・あんまり無理をしない
・休む時もしっかりやむ

中里 葵 さん

早寝早起き!!

1日3食!!!

運動する!!!

精勤賞：1日も学校を休まなかった人（①出席停止・忌引は除く ②遅刻・早退はあり）

中学校3年間「精勤賞」の9名のみなさんにも健康のヒケツを聞きました！
1・2年生もぜひ参考にしてみてください。



9年間 身長伸びベスト3

男子

1位 佐藤 駿 さん (56.0 cm)

2位 平井 友健さん (55.1 cm)

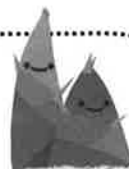
3位 山崎 介統さん (54.9 cm)

女子

1位 石田 結莉さん (47.0 cm)

1位 林 絢香さん (47.0 cm)

2位 野澤 春羽さん (44.9 cm)



小学1年生からの9年間、
中学の3年間でこんなに伸び
たなんてスゴイ！

中学校3年間 身長伸びベスト3

1位 山崎 介統 さん(24.8 cm)

2位 椎名 智也 さん(23.5 cm)

3位 佐藤 駿 さん(21.8 cm)

3年生のみなさんの底力はすごいです。志望校全員合格という偉業も成し遂げました!! 本当におめでとうございます♪ 保育所からの長い付き合いの仲間と離れ、4月から新しい出会いと環境の中、それぞれが新たなスタートを切ります。何処にいても自分の「置かれた場所」で自分らしい花をめいいっぱい咲かせてください♪

いつでもみんなのことを応援しています!

養護教諭 菅谷

