

2020.10 東和中学校

## 保健目標

## 目の健康を考えよう

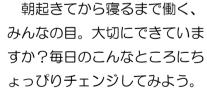




読書の秋、芸術の秋、食欲の秋・・・。みなさんは、どんな秋を楽しんでいますか?好きなことをとことん突きつめたり、新しいことに挑戦したり。その先には、きっとわくわくする出会いが待っていますよ。そんなみなさんの〇〇の秋にも活躍しているのが「目」。10月10日は目の愛護デーです。ふだんの生活を振り返って目の健康を守りましょう。











## #コロナに負けるな!

がまんの 毎日に イライラする ときは…



## お部屋の片付け・そうじ





<u>からだを</u> うごかしたら



うごかしたら、火ッキリするよ♪