

北海道中札内高等養護学校幕別分校 校長室より

冬休み明け元気にスタート

長かった冬休みが明け、学校がスタートしました。長い休み、しかも年末年始は特に生活リズムが狂いがちです。どんな人でも、元の生活に自分のリズムを持っていくのには苦勞するものです。

学校スタートに当たって、生徒たちには「体内時計を整えよう」という話をしました。誰もが苦勞していること、と思えば少し気持ちも楽になります。自分のペースで、自分の方法で少しずつリズムを整えてくれることを願っています。

体内時計を整えよう

1 身体を動かすこと



2 朝ごはんを食べること



3 朝、日の光をあびる



4 早く寝る



幕別高校の思い出をいつでも見られるように

幕別分校の2階にあった「幕別高校記念室」。ここには、幕別高校の歴史がびっしりと保管、展示されておりました。

幕別分校の生徒の教育活動の関係で、このたび4階にお引越しすることになりました。

引越しに際して、幕別高校の同窓会長である千葉様に相談したところ、同窓会の皆様が引越作業をお手伝いに来てくださいました。ありがとうございました。今後も、たくさんの同窓生に見に来ていただきたいです。

