

令和7年度保健講話『眠る門には福来る』



10/29(水)の公開授業に合わせ、保護者及び本校教員を対象にした保健講話を実施しました。今年度は、寝具メーカーに勤める渡部郁子様を講師にお招きし、よりよい睡眠についてお話を伺いました。渡部様の「睡眠を楽しむ」というコンセプトはまさに目からうろこでした。また、本校生徒の睡眠習慣を踏まえたご助言をいただき、親子で眠りをよりよくするきっかけとなるお話でした