



学生委員会便り No.1

2006/12/19 発行

順心会看護医療大学
学生委員会便り No.1

- * 学生委員会から皆さんへ、メリークリスマス
- * 後半の授業・試験・実習に備えて…。
- * 「一人暮らしのための超簡単レシピ集」の案内



素敵なクリスマス
プレゼントが届く
といいですね？

学生委員会から皆さんへ、メリークリスマス

もうすぐ、待ちに待った冬休みですね？後期になってから、講義や演習がたくさんあり、疲れがたまっていますか？

冬休みは、実家に帰ったり、友達と会ったりして、精神的にも肉体的にも十分に栄養補給してきてくださいね。

特に寒い時期です。人ごみに入る事も多いと思います。看護を学ぶ者として、手洗い嗽を意識的にするように心がけましょう。予防が第一です！

後半の授業・試験・実習に備えて……。

後期になって、授業を欠席する人、遅刻をする人、保健室を利用する人が多くなりました。みなさんの健康管理は大丈夫でしょうか？

身体が疲れやすい人、起きられない人、授業に集中できない人……体力は落ちていませんか？

3 食しっかり食事をとること、しっかり睡眠をとることなど、規則正しく生活することが最も大事です。

1月には、実技試験、筆記試験、基礎看護学実習Ⅱがあります。どれも体力が必要です。風邪を引かずに乗り切るために、体力をつける技を身につけましょう！

一人暮らしのための超簡単レシピ集を作成しました。欲しい方は学生課前に置いてあります。ご自由に取ってください。