

## 川口市立仲町中学校の生徒のみなさんへ

1学期が終了し、夏休みに入ります。みなさんは、どんなことを楽しみにしているでしょうか。自由に使える時間が増え、やりたいことや目標に向かって熱中できる時期だと思います。

そしてこの休みを利用して心と身体をリフレッシュして欲しいと思います。そのためには、規則正しい生活リズムで過ごすことが大切です。暴饮暴食や夜更かしなどを避け、心身の健康を保ってください。

また休み後半には、新学期へのプレッシャーを感じることもあります。そんな時は、一人で抱え込まず、周りの友人や家族、学校の先生方に気楽に相談してください。

みんなが元気に2学期登校してくることを楽しみに待っています。

令和4年7月  
川口市立仲町中学校  
校長 中島俊幸  
教職員一同