

6月1日（月）から学校か～、面倒くさいな～、行くのやめよっかな～。宿題まだできてないしな～。
と思っ
ていませんか、そこのあなた！！
わかります、その気持ち！！
わたしもギリギリまでやらないタイプの人間！！
できていない課題については一旦置いておいて、
（学校に来てからやりましょうね。）

行くか迷っている人は、とりあえず元気な姿を見せてください！！

はじめから 100%全力で心身ともに準備を整えて学校に来なさいとはいいいません。
しんどい、なんだかやる気が出ない、それでいいです。
とりあえず来てください。来たら少しずつやる気は戻ってきます。そういうものだと思います。

「結局、すぐやる人がすべてを手に入れる」

こんな本もあります。私は題名にノックアウトされ買いましたが、本棚の中にあること背表紙を見るたびに、
とりあえずやろうと思い、行動できています。



そんなことより、あなただれ、と思った皆さんに自己紹介させていただきます。

今年度は火・木・金曜日に保健室で勤務してる、中原と言います。1年生の皆さん、在校生の皆さん改めてよろしくお願いします。

みんなが元気で過ごしているか、学校内も見回りに行くので、ぜひ声をかけていただけると嬉しいです。

マイブームは腸活！

腸って、体の免疫細胞の7割がある場所らしいです。つまり腸の状態が良ければ免疫力が上がる。あとは便秘が改善されると肌の状態もよくなるし、腸の状態が良ければ血液も良質なものになり、細胞の隅々まできれいな血液が届くということは健康になります。

みなさん、腸活オバケって最近話題の人を知っていますか？きれいなお姉さんなんですけど。この人が紹介していたエクササイズが簡単かつ私には効果的でした！！

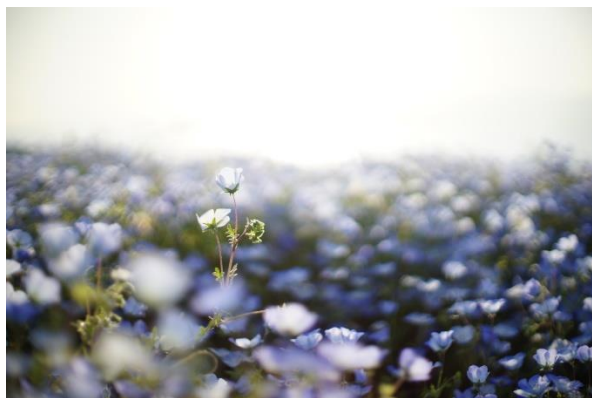
どうするか？やり方は聞きに来てくださいね。笑

あ、ネットで検索すると出てくるかもしれませんね、綺麗なお姉さんの写真つきで。腸活ぜひ調べてみてくださいね！

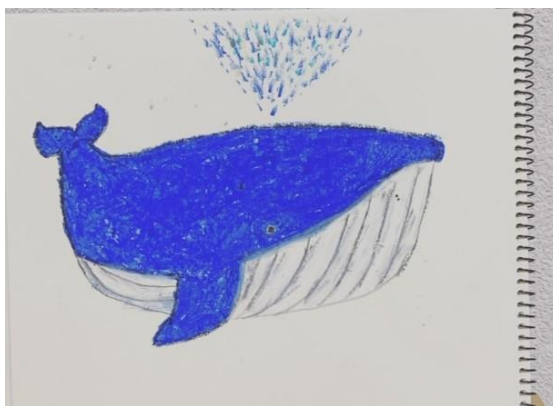
あと趣味は色々ありまして、一人旅行、友達と旅行、ダイビング、写真、イラスト、ピラティスなどです。

写真はオールドレンズ装着して撮影するのが好きです、光がきれいに映ります。

マンガも好きです。キングダム好きです。麤公と羌瘃が好きです。あと最近ワンピースを読み始めました、みんなは何が好きですか？



大阪にて撮影



模写の勉強



白浜でダイビング