

ほけんだよ



令和6年3月14日
入谷小学校 保健室
第17号 (6年生)

*家族と一緒に
読みましょう。

3月は、^{がくねん}学年のしめくくりと同時に、^{つぎ}次のステップに進む時期でもあります。
これまで^{した}親しんできた学校や先生、^{がっこう}下級生と離れることを^{ふあん}不安に思っている人も
多いと思えます。でも、^{ゆうき}勇気を持って、^{あたら}新しい世界の扉を^{ひら}開いてみてください。
きっとその先に、^{あたら}新しい出会いがたくさん待っています。楽しいことも苦しいこ
ともあると思えますが、^{ひと}一つ一つがあなたの^{じんせい}人生を支える力になるはずです。
^{そつぎょう}卒業おめでとう。みなさんの^{けんこう}健康と^{しあわ}幸せを願っています。



新しい学年に向けて

春休み To Do リスト

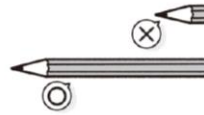
手洗い・うがいを毎日しよう

かぜを寄せ付けず、万全の状態
新学期を迎えま
しょう。



新学期の準備をしておこう

いらないものは処分し、足りない
ものを買そろえておきましょう。
当日忘れ物のな
いよう、早めに
準備を。



治療を済ませておこう

新学期が始まったら、すぐに健康
診断が始まります。具合の悪いとこ
ろは病院でみて
もらっておいて
くださいね。



元気に笑顔で
新学年を迎えましょう!



1年を振り返って

自分で自分をほめてあげよう!

がんばったことは

です。

よくがんばったね!



春休み中のけがについて

春休み中(学校管理下外)のけがで、受傷日から
完治と診断されるまで8日以上のものについては、
宮城県PTA安全互助会の保険が適用されます。
3月31日までは小学校での手続きとなりますの
で、該当する場合は、入谷小学校まで
お知らせください。(TEL: 46-2655)



保護者の方へ

6年間、学校保健活動に対し、御理解と御
協力をいただき、感謝申し上げます。保護者
の皆様と一緒にお子様の成長を喜び、たくさ
んお話ができましたことをうれしく
思います。

3年間ありがとうございました。

養護教諭 及川



1年を振り返って

健康

に過ぎせていたかな？

できたことに
○をしてみよう！



4月
年生になったときは...
身長 cm
体重 kg

5月
30日 ゴミゼロの日
31日 世界禁煙デー

6月
4日~10日 歯と口の健康週間

7月
17日 ボランティアの日

8月
7日 鼻の日

9月
1日 防災の日
9日 救急の日

10月
10日 目の愛護デー
15日 世界手洗いの日

11月
8日 いい歯の日
9日 いい空気の日

12月
1日 世界エイズデー

1月
17日 防災とボランティアの日

2月

3月
こんなに大きくなりました

身長 cm
体重 kg

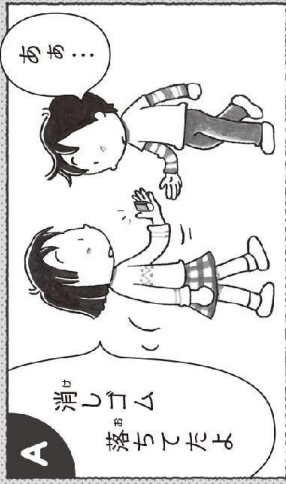
いくつ○がついたかな？

- | | | | |
|--------------------------|--------------|--------------------------|------------------|
| <input type="checkbox"/> | 朝ごはんを毎日食べた | <input type="checkbox"/> | 勉強するときはいい姿勢を心がけた |
| <input type="checkbox"/> | 食後に歯みがきをした | <input type="checkbox"/> | ひと口30回噛んで食べた |
| <input type="checkbox"/> | バランスよく食べた | <input type="checkbox"/> | 夜ふかしをしなかった |
| <input type="checkbox"/> | 休みの日も早起きした | <input type="checkbox"/> | 食べすぎに注意した |
| <input type="checkbox"/> | ケガに気を付けて過ごした | <input type="checkbox"/> | 元気にあいさつできた |

- 0~4個の人 まだまだ!**
できていなかったことの中から1つ選んで、
春休みの目標を決めよう!
- 5~8個の人 もう少し!**
つい忘れちゃうことは何かな？
- 9~10個の人 いい感じ!**
進級してからも継続しよう!



あたたかくなるのは
どっち？



げんきクイズ

あるに共通するのは？

ある	は	りんご	ない	き
もも	ちよう	たね	けむし	
はな	はな			

ヒント みんな持っているよ