

# ほけんだよ



令和6年3月22日

入谷小学校 保健室

第16号 (1～5年生)

\*家族と一緒に

読みましょう。

3月は別名「弥生」。「いよいよ(弥)草木が芽吹く(生)」という意味のとおり、自然の生命力を実感できる月です。山を見ると、全体がふっくらとやわらかな色合いに変わり、春がそこまで来ているのがわかります。明日からは、いよいよ春休み。この1年間を振り返り、新しい学年に備え、自分に磨きをかけてください。

## 1年をふり返ろう!

「できた!」と思うものに

〇をつけてね



早寝・早起きができた

毎日朝ごはんを食べた

食後に歯みがきをした

できなかったところは、新年度には〇を付けられるよう春休み中から頑張ってみましょう!

石けんで手洗いをした

元気に体を動かした

友達と仲よくした



1年を振り返って

自分で自分をほめてあげよう!

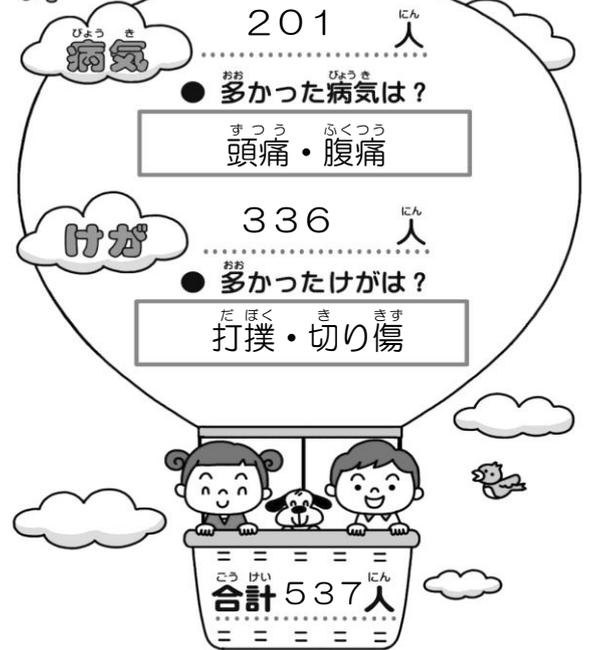
年生の間がんばったことは

です。

よくがんばったね!



## 今年の保健室の利用のようす



# 春休みは新学期の準備期間

## 春休みのミッションをクリアしよう!

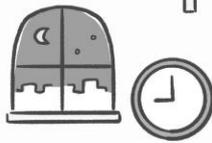
ミッション  
1



自分の物を片付けよう

新年度に使う物の準備をしよう

ミッション  
2



生活リズムをととのえよう

ミッション  
3



ミッション  
4

受診や治療をすませよう

春休みも「早ね早起き朝ごはん（ルルブル）」を意識した生活を!

本日、春休み中のルルブルカードを配布しました。  
春休み中もルルブルカードを活用しながら、規則正しい生活を送りましょう。

ルルブルカードは、始業式の日（4月8日）に新担任の先生へ提出してください。



### ～ 保健室からのお知らせ ～

- 給食は、4月9日（火）から始まります。  
エプロン、三角巾、マスク（給食用）の準備をお願いします。
- 歯ブラシ・コップの準備をお願いします。  
来年度も給食後の歯みがきを行います。春休み中に歯ブラシの毛先を確認し、毛先が開いている場合は、新しい歯ブラシとの交換をお願いします。
- 春休み中にサイズの確認をお願いします。  
お子さんの成長は目に見えて早いものです。春休み中に一度、靴や運動着のサイズの確認をお願いします。
- 春休み中、けがをして医療機関を受診した場合は、学校までお知らせください。