

すこやか



令和6年3月26日
羽生市立村君小学校
ほけんだより

いま ^{がくねん}がおりますね。みなさんにとってどんな ^{ねんかん}1年間でしたか？春は ^{はる}おわりの ^{きせつ}季節ですが、はじまりの季節でもあります。4月になると ^{あた}新しい学年がスタートします。春休みのうちに ^{いま}今の学年を ^{かえ}ふり返り、^{つぎ}次の学年の ^{がくねん}準備をしておきましょう。



はるやす 春休みやることリスト



★ ^{しんがつき}新学期を ^{たの}楽しく ^{むか}むかえられるようにやることリストを ^{たっせい}達成しよう！



やることリスト① ^{はるやす}春休みも ^{けんこう}健康に ^{すご}すごそう

- はやね・はやおきをしよう。
(^{てい}低学年は9時、^{こう}高学年は10時 ^{まで}にはねよう。)
- ^かてきどに ^{からだ}体を動かして、^{げんき}元気な ^{からだ}体を保とう。
- 1日 ^{しょく}3食 ^たしっかり ^た食べよう。 ^た食べすぎに ^{ちゅうい}注意しよう。
- ^て手 ^{あらい}あらい・^{うが}うがいを ^{して}して ^{かぜ}かぜ ^{よぼう}予防しよう。



やることリスト② ^{しんがつき}新学期の ^{じゅんび}準備をしよう

- ^{きょうかしょ}教科書や ^{ノート}ノートを ^{せいり}整理しよう。
- ^{いら}いら ^{ない}ないものや、^{つか}使えなくなったものを ^{かたづけ}かたづけよう。
- ^た足りないものは ^か買い ^{そろ}そろえておこう。
- ^{たい}体育着や、^{うわ}うわ ^ばばき、^{うん}運動 ^{ぐつ}ぐつの ^お大きさを ^{かく}確に ^んんしよう。



やることリスト③ ^ち治りょうを ^{すま}すませておこう

- ^ぐ具合の ^{わる}悪い ^{ばしょ}場所や、^き気になる ^{ところ}ところがある人は ^{はるやす}春休み ^{ちゅう}中に ^{びやういん}病院に ^{いき}行き、^いお ^{いしや}医者さんに ^みみて ^{もら}もらおう。

^{ねんかん}1年間 ^あありがとう
ご ^ざざ ^いい ^まました！

^{こん}今年度 ^のの ^{すこ}すこ ^{やか}やは ^{この}この ^{はるやす}春休み ^{ごう}号で ^{さいご}最後です。みなさんにとって、^{ほけん}保健 ^だだ ^{より}より ^がが ^{けんこう}健康 ^{につ}につ ^{いて}いて ^{かんが}考える ^きき ^っっ ^かか ^けけ ^にに ^なな ^っっ ^てて ^いい ^{たら}たら ^うう ^れれ ^いい ^{です}です。保健室の ^{ほけん}以外の ^いい ^がが ^{ばしょ}場所でも ^おお ^はは ^なな ^しし ^をを ^ししたり、^{いっ}いっ ^{しょ}しょ ^にに ^{あそ}あそ ^びび ^んんだり、^{まい}毎日 ^みみ ^んん ^なな ^らら ^かか ^らら ^ぱぱ ^わわ ^ーー ^をを ^もも ^らら ^っっ ^てて ^いい ^まま ^しました。ありがとう！

また、保護者のみなさまには、今年度もさまざまな保健活動にご協力いただきありがとうございました。

