

ほけんだより 1月号



令和8年1月 須影小学校 保健室

新しい年がスタートしました。今年はどうな年になるか楽しみですね！今年やってみたいことや目標を決めておくと、1年がより充実するかもしれません。自分の心と体を大切にして、毎日過ごしていきましょう！

★ミッション★

ほけんだよりにいる

5ひきのうま

みつけれられるかな？

リズムよくきざもう

せいかつ生活リズム



しょうがつきぶんお正月気分から脱出だ！



スタート！！



お腹がすいてなくても何か食べよう！

くいかえしがんばろう！



まずは早起きをがんばろう！毎日同じ時間に起きるとグッド！



眠くなくても決まった時間に布団に入ろう！だんだん決まった時間に眠れるようになります。



朝ごはんを食べると体スイッチがオンに！

休み時間は外で遊ぼう！

夕方ねないように気をつけてね！

なわとび検定会にむけて練習をしよう！いい記録を出せるかな？





保健委員会が「トイレストーリー」の動画をつくりました！

ここは須影小学校のトイレ。子どもたちが帰った後、トイレから話し声が聞こえる…



トイレットペーパーのしなが床にポイってされてたの…

床もゴミが落ちていたりよごれたりしているの



トイレを流してもらえないときがあるの

蛇口の水が出っぱなしになっていることがあるの

それは大変だ！
須影小のみんなにも協力してもらわなきゃ！



みんなでトイレをきれいに使おう！

しんは、ごみ箱に



レバーはしっかりおす



水がでてないか、かくにん



自分でおとしたごみは自分でひろう

