

ほけんだより

3月

上牧第三小学校

ほけんしつ

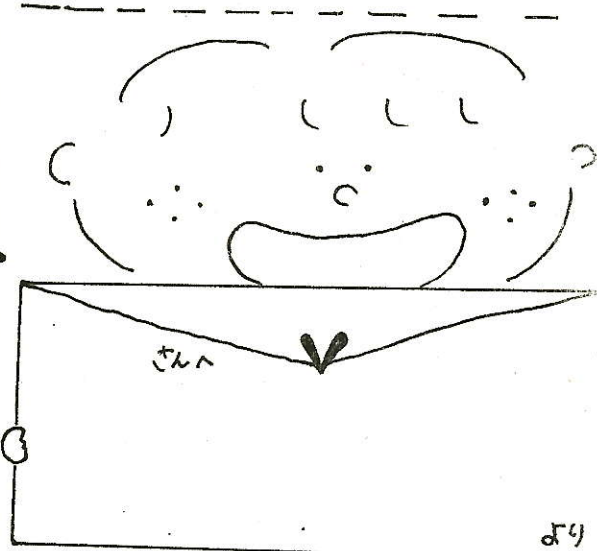
3月に入って、少しずつ日暖かい日が増えてきていますね
もうすぐ6年生は、中学校へ、1年生から5年生は、1つ上の学年となりますね。この1年間、楽しいこともあれば、小遣んだこともあったと思います。成功して自信をつけたり

もあれば、うまくいかなかったこともあったと思います。毎日がんばったなかで、みんな一人ひとりは成長しています。誰かと比べたり、あせったりする必要は全くありません。あなたのペースで、一歩ずつステップを昇ってほしいなと先生は思っています...
卒業、進級おめでとうとございます!

さんかく ここのか
3月9日は
かんしや ひ
感謝の日

3月9日は、(3)サン(9)キュー、つまり英語の「サンキュー」の言語呂合わせから、感謝の日とされています! たった文字の言葉ですが、人の心を温かくする「ありがとう」ってみんな言えていますか??
人は人の優しさにふれると、「ありがとう」を伝えたいくなります。
「ありがとう」は言った人も、言われた人も温かくする言葉です。
みんなも「ありがとう」を伝えてみてもいいですね!
今年もほけんだより読んでくれてありがとう。

あなたが
「ありがとう」を
伝えていける
使ってみてね



☐ 3度の食事を好き嫌いせずバランスよくとった



☐ 早寝早起きをして1日8時間くらいぐっすり寝た



☐ 毎日、規則正しい生活リズムですごせた

保護者のみなさまへ

今年度も残り約1か月となりました。今年も、子どもたちがたくさん話を聞かせてくれ、たくさんの方に気づかせてくれました。残り短いですが、気を抜かず、保健室から子どもたちをサポートできたらと思います。どうぞよろしくお願いいたします。
少し早いですが、今年度も1年間、学校保健活動にご協力ありがとうございました。

1年間の健康生活を振り返ってみよう



☐ 適度に運動をして積極的にからだを動かした



☐ ケガや病気の予防を心がけて、実行できた



☐ 友だちと仲良くできた喧嘩しても仲直りできた