

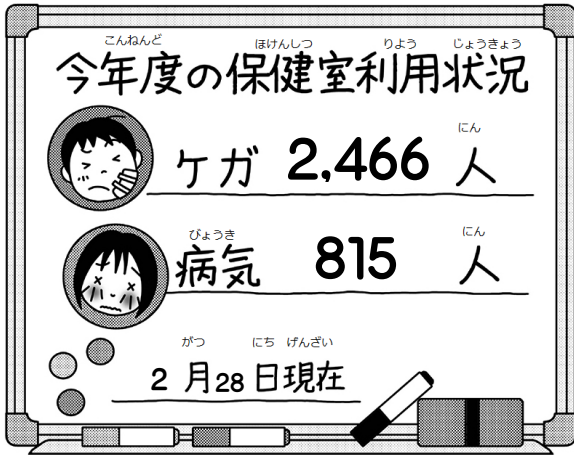
ほけんだより



3月

ほけんもくひょう

ねんかん けんこう
一年間の健康を
かえ
ふり返ろう



今年度も、保健室でたくさんのおともたちに出会いました。友だちとぶつかってけがをした子、熱が急に出た子、友だちとけんかをして涙を流しながら来た子。市が洞小のみなさんは、心も体も健康な一年間を過ごせたでしょうか。

新生活に向けて、生活習慣を見直したり、むし歯など治していないところは早めに治療するなどして、元気に4月を迎えられるように準備をしましょう。

1年間の健康生活ふりかえりチェック!



早ね早おきができた



毎日3食をきちんと食べた



元気に運動をした



外から帰ったあと手洗いをした



大きなけが・病気をしなかった



友だちとなかよくすごした



食後はきちんと歯をみがいた



ぐあいがよくないところをなおした



すききらいをへらせた

感染症予防もバッチリできたかな?



タブレットやゲームは、ルールを守って、使うことができた

保健委員会による動画「守ろう! かがやく瞳」は見てくれましたか? 保健室前の廊下にも、保健委員が紹介した内容が掲示してありました。目の健康について考えながら、メディア機器(タブレット・ゲーム・パソコン・テレビなど)を使っていきましょう。