

ほけんちより 3月

令和6年
3月1日
市場小学校
ほけんしつ

いよいよ今年度も残り1か月を切りました。この1年、みなさんにとってどんな1年でしたか？
6年生のみなさんはもうすぐ卒業ですね。1～5年生のみなさんは新しい学年になります。今月は1年のしめくり月として健康に気をつけて過ごし、4月からの新しいスタートにそなえましょう。



こんな自分から卒業！

ヒントの〇〇に入る文字をたどって卒業を目指そう。
卒業するためのアドバイスがあるよ。

できませんでした

朝「おはよう」と言ってみよう。友だちや先生に自分からあいさつができると、気持ちよく日が始められるよ。

できませんでした

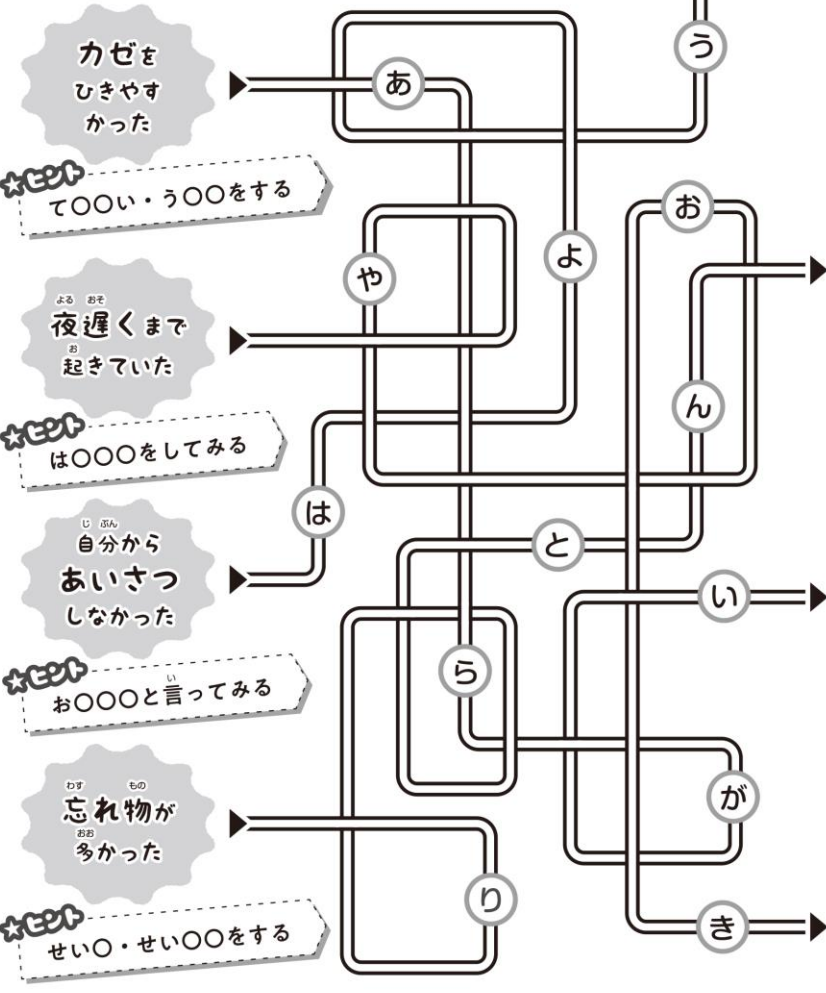
身のまわりのものを整理整頓しておく、忘れ物を減らせるよ。春休みの間に片付けをして、新しい学年に備えよう。

できませんでした

手洗い・うがいでウイルスを洗い流そう。バランスよく食べて、カゼに負けない体をつくることも大切だね。

できませんでした

早起きをして太陽の光を浴びよう。日中しっかり活動していれば、夜は自然と眠くなるよ。



カゼをひきやすかった

★ヒント★
て〇〇い・う〇〇をする

夜遅くまで起きていた

★ヒント★
は〇〇〇を試してみる

自分からあいさつしなかった

★ヒント★
お〇〇〇と言ってみる

忘れ物が多かった

★ヒント★
せい〇・せい〇〇をする

3月9日はサンキューの日

ありがとうカード

友だちや先生、家族に1年間の「ありがとう」の気持ちを書いて渡してみよう。

- 例
- 一緒に遊んでくれて「ありがとう」
 - いつもごはんを作ってくれて「ありがとう」

ありがとうカード

_____ さん

_____ より

今年度も「ありがとう」があふれる1年に。



保護者の方へ

- ◆19日は、6年生の晴れ舞台となる卒業式です。睡眠や栄養のある朝ご飯など気にかけていただき、卒業生一人一人が思い出に残る卒業式を迎えられるよう、ご家庭でのご協力をお願いします。
- ◆5年生に旧耳鼻咽喉科保健調査票を返却いたします。今年度新しいものを作成しましたので、返却するものは、今後学校で使用することはありません。

6年生へ

卒業おめでとうございます

入学したころのことを思い出してみてください。心も体も大きく成長しましたよね。この6年間はこれからのみなさんの土台となっていくことでしよう。中学校でも心と体の健康を保ち、ひとつひとつチャレンジして、自分らしく成長していきましょう。

