

ほけんだより 3月

2024年3月1日 ひたちなか市立前渡小学校 保健室 No.12

3月9日は「サンキュー」でありがとうの日です。
親切にされるなど、人のやさしさにふれると、うれしい気持ちになり「ありがとう」の言葉を
伝えたくくなります。言った人も、言われた人も、心があたたかくなる言葉です。
今のクラスでの生活も残り3週間。そして、6年生と過ごせる時間も残りわずかです。周り
の人や6年生に「ありがとう」をたくさん伝えられるといいですね。



1年間の

けんこう生活の反省をしよう

できたことに○をつけましょう！

- 朝ごはんを毎日食べた
- 食後に歯みがきをした
- バランスよく食べた
- 休みの日も早起きした
- ケガに気をつけて過ごした
- 勉強するときは いい姿勢を心がけた
- ひと口30回かんで食べた
- 夜ふかしをしなかった
- 食べすぎに注意した
- 元気にあいさつできた



○はいくつ







ありましたか？

0~4個...できていなかったことの中から1つ選び、春休みの目標にしよう！

5~8個...おいしい!もう少し! ついつい忘れてしまうことは何かな?

9~10個...すばらしい! 進級してからも続けよう!

春休みも元気にすごそう

<p>生活リズムを整えよう</p> 	<p>片づけをしよう</p> 	<p>持ち物の準備をしよう</p> 
<p>手洗いをしっかりしよう</p> 	<p>治療をすませておこう</p> 	<p>新年度の目標をたてよう</p> 

2枚の絵を見くらべて 7つのちがいをさがそう！！



右のお子の手の中のクッキーの形が、左のお子の手の中のクッキーの形とちがいます。

左の子の服のボタンが、右の子の服のボタンとちがいます。左の子の服のボタンは、右の子の服のボタンとちがいます。