

ほけんだより

R4. 3. 15
三妻小学校
ほけんしつ

1～6年生の
みなさんへ



今年度さいごのほけんだよりになりました。1年間けんこうにすごせたか、むし歯などのちりょうはすんでいるか、ふりかえってみましょう。心も体も次の学年のじゅんびができるといいですね！

心も体も健康な1年をすごせたかな？

✓ チェックしてみよう！

<input type="checkbox"/> 早ね早おきができた 	<input type="checkbox"/> すききらいをせず何でも食べた 	<input type="checkbox"/> こまめに体をうごかした
<input type="checkbox"/> せいけつな生活ができた (歯みがき、手洗い、うがいなど) 	<input type="checkbox"/> 友だちと仲よくできた 	<input type="checkbox"/> ストレスを上手に解消した

いくつ☑がついたかな？

0～2この人 まだまだ！

できていないことから1つえらんで、春休み中にとりくもう！

3～4この人 もうすこし！

つついわずれてしまうこととは何か？

5～6この人 いいかんじ！

来年度からもつづけよう！

春休みの間に チャレンジ！

いつも夜ふかしをしてしまう人は…	チャレンジ！ 早起き	
休みの日にダラダラしてしまう人は…	チャレンジ！ 外で運動	
つつい食べすぎてしまう人は…	チャレンジ！ ひとくち30回	

体の様子で気になることがある人は、春休みの間に受診しておいてください。

こころが
あたたかくなるのは
どっち？

<p>A</p> <p>消しゴム 落ちてたよ</p> <p>ああ…</p>	<p>B</p> <p>消しゴム 落ちてたよ</p> <p>ありがとう</p>
---	---

ありがとうと言うだけで・・・
「ありがとう」は言った人も言われた人も幸せな気持ちになるまほうの言葉ですね。みなさんは、かんしゃの気持ちを伝えられていますか？

6年生のみなさんへ「成長の記録」をわたします。1年生からどれくらい大きくなったか書かれていますので、お家の方といっしょに見てください。

げんき☆クイズ

あるに共通するのは？

ある	ない
<p>もも はな ちょう</p>	<p>りんご たね けむし</p>

ヒント みんな持っているよ

卒業
おめでとう!!

☆げんきクイズのこたえ☆
からだの一部(腿、鼻、腸、歯)