

ほけんだより 3月号

2022.3.1 西が岡小学校 保健室

次のステップへ!

あっという間に今年度が終わります。どんな1年でしたか? キッと何かできるようになったこと、成長したことがあるはず。保健室でも、自分のけがの状況を上手に話せるようになったり、下級生の友だちを保健室まで連れてきてくれたりする所を見て、みんなの成長を感じていました。春からは新しい学年です。それぞれの場所で自分らしく活やくしていきましょう。

1年間のふりかえりをしよう

10個の質問に答えて○の数を数えてみよう。
あなたの健康度は何点だったか?

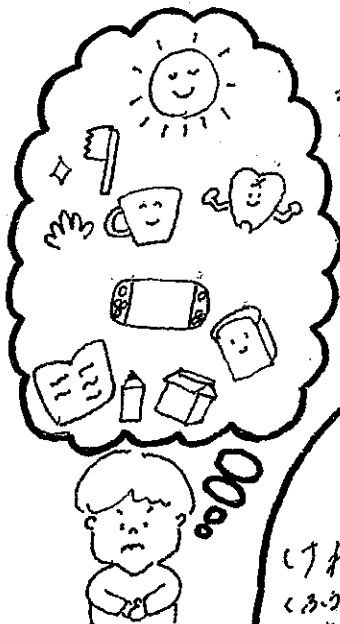
しつもん	○
①ほとんど毎日早ね早おきができた	
②きゅう食をのこさず食べられた	
③手あらい・うがいがしっかりできた	
④体育のとき以外も、体を動かした	
⑤家での学習をがんばり、目標を達成できた	
⑥テレビやゲームの時間を気をつけた	
⑦朝ごはんを毎日バランスよく食べた	
⑧友だちとなかよくできた	
⑨むし歯をなおした(もしくは、なかった)	
⑩次の学年に上がるのがたのしみだ!	
○の数の合計	

○が10こだった人は...
健康度100点満点です!!
来年度もこの調子でがんばろう!

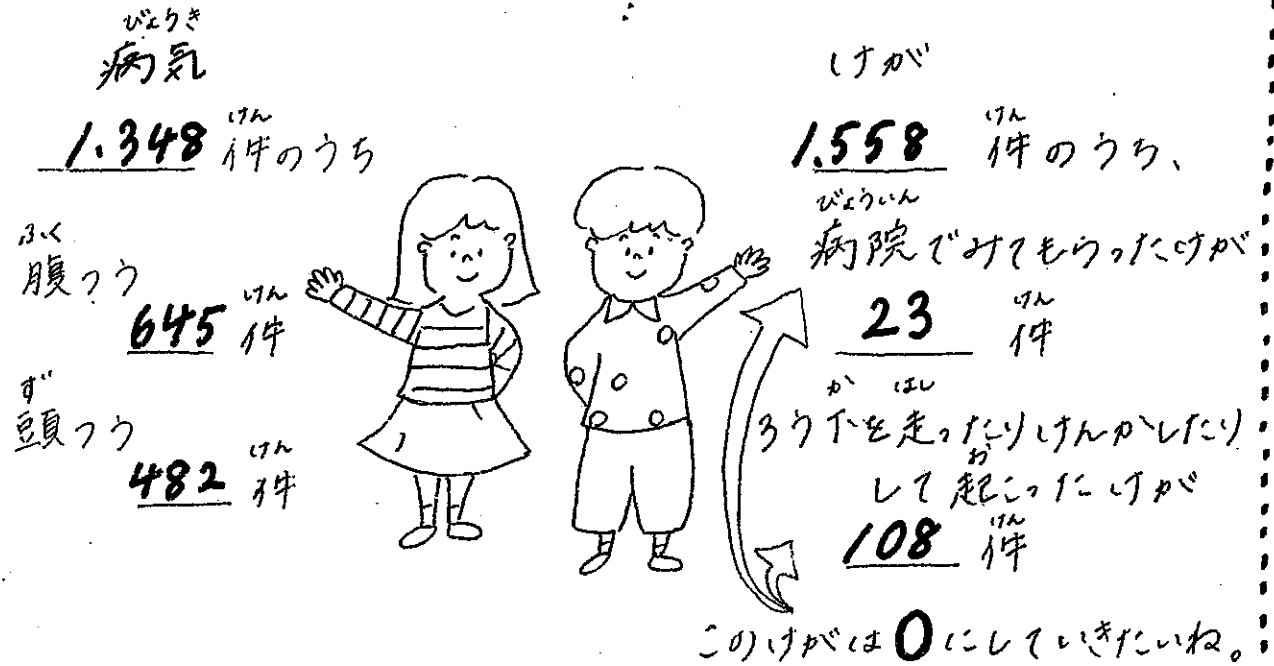
○が7~9こだった人は...
健康度80点です!
来年度は満点めざそう!

○が4~6こだった人は...
健康度50点です!
もっとがんばろう!!

○が0~3こだった人は...
健康度15点です。
このままじゃまずいかも!
いますく生活を見直そう!



保健室 なんと1年間でした(4/9 ~ 2/22)



春休み中にすませよう!

黒板の字が見えにくい人、むしばの治りやが終わっていい人、
体のことで心配なことがあつた人はいませんか? 少し余裕のある
春休みのうちに病院で見てもらいましょう。

今年度も1年間ありがとうございました

今まで当たり前だったことが当たり前でなくなり、我まんしな
ければなりたいこともたくさんありましたね。そんな中でもみんな
工夫をして色々なことに挑戦できたこと、とてもすばらしいです! 来年
度も心と体を大切に! がんばっています。