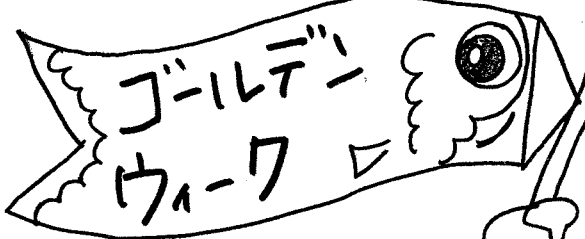


ほけんだより



わねより
てがいは、
ちもちよ
あひじょうよ

2023.5.2 No.2 巻面小・ほけんしつ

5月にたよりました!!

新学期がスタートして、

1ヶ月。そろそろ学校

生活にも慣れてきたころかな?

毎日元気なみんなの姿を見ることができて

うれしいです!!



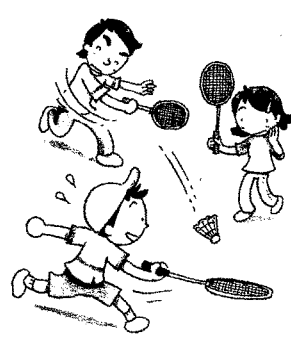
はじめります!



今年^{ことし}は4/29・30の土・日、5/3~7までの
5日間^{いつかかん}が休み^{やす}になります。5月10日(水)も
休み^{やす}になるので、不規則^{ふいきそく}な生活リズム^{せいりつ}になります。...
連休中^{れんきゅうちゅう}も連休明け^{れんきゅうめあ}も、元気に^{げんき}すごせるように、生活リズム^{せいりつ}を
くずさないように^{くずさないように}過ご^{すご}しましょう!!

そろそろ「つかれ」がたまっていますか?

新学期^{しんがっき}、新しい学年^{あたらしいがくねん}・クラス^{くらす}・お友だち^{とも}・先生^{せんせい}に^{べんきょ}勉強^{べんきょ}、
いろいろなこと^{いろいろなこと}に^{きんちやう}緊張^{きんちやう}して^{いらがげつ}チャレンジ^{いらがげつ}してきましたね。1ヶ月
たって、慣れてきたけれど...。
がんばって^{ばん}すごしてきた^か分^{ぶん}、休^{やす}みも^{やす}いも^{やす}つかれ^{つかれ}、たま^{たま}って^{たま}い
ませんか?



あたたー!!
おでかけしたり、遊^{あそ}んでたり、楽^{たの}しくすごしてくださいね。

でも、時には
休^{やす}む
たい^{たい}も
つくりま
しょう♡



休^{やす}みも、しっかり休^{やす}めて、5月8日は元^{げんき}気な^あえが^あお^あを
見^みせてください。ね。

こんなこと
ありませんか?



あたま
頭^{あたま}が
いたい

バネコ
疲^{つか}れ

スッキリしない

やる^{やる}気が
でない

食欲^{しよく}が
でない

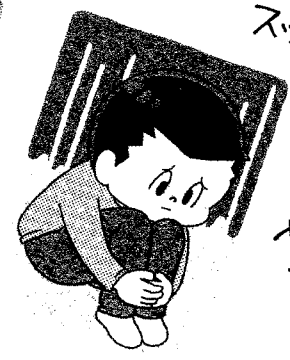
あけよか^{あけよか}が
いたい

おちつか
ない

じの(けんこ)
まも
を守るため
には、
バランス
が大切^{たいせつ}。
てわ。



きもち
気^{きもち}持ちが
あちこち



ムライする