

ほけんだより



2025、4、8

No.1

竜西ハ・ほけんしつ

ご入学・ご進級 おめでとうございます!!

新学期がはじまりました。新しい教室、
新しい教科書、新しい生活!! どれも楽しい
ことがまっているかな? 今年1年、みんなが、えがお
いっぱい、元気いっぱいすごしてくれてらうわい
です。今年もよろしくお願ひします。



養言養言文諭の
保土反 采シです。
(ほ じか あや)

さあ

新学期のスタートです!!

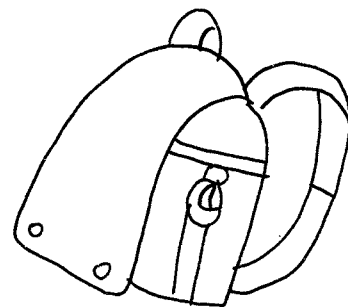
春休み、元気にすごしてましたか? いよいよ新学期のスタートで
す。生活リズムをととのえて、元気いっぱいすごしましょう。



早ね・早起き

早月ごはん

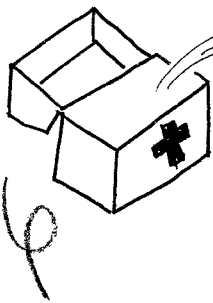
生活リズムをととのえよう!



学校の準備は早めによろ!
ドキドキ 不安な気持ち持ちが
へりますよ!

登校前に
おうちの人と
健康チェック!
元気な
今日1日
すごせるかな?





ほけんしつにくる時は...

ほけんしつは、けがをした時、具合が悪い時、自分の
体や健康について知りたいことがある時、お話しに
いことがある時などに利用することができます。



ほけんしつに
くる時は
必ず
先生に
言うから



いつ、どこで
どんなふうに
けがをしたのか。
いつから、どんなふうに
具合が悪いのか
お話しください



いろいろとお話し、
きかせてくださいね

自分の心と体に耳をかたむけて...

春はあたたかくなってきて、すしやすいイメージがありますが、
意外と体調をくずしやすい季節です。

寒暖差が
大きい

気温差がはげしく、

変化に对应するに
体がつかれやすい

生活が
かわる

気がつかないうちに、緊張
したり、ストレスを感じる場面が
多くなっていく



緊張

何となく元気が出ない、体がだるい... そんな時はいもも体もつかれ
ているのかもしれない。ゆっくり休んだり、お話しをしていただいね。

おうちの方へ

- ほけんしつよりでは、健康診断のお知らせやお原復について書いてありますので、
ぜひお子さんと一緒に読んでください。
- ほけんしつでは、もも時の着替えの準備があります。お子さんが着替えをして
帰る時には、洗濯をして返却をお原復します。また下着(パンツ)に
関しては、新しいものになっていきますので、そのまま使用していただき、同じ位のサイズ
の新しいものの返却をお原復します。