



ほんたよい

あした ふゆやす はじ としこ しょうがつ たの ぎょうじ つづ
明日から冬休みが始まります。クリスマス・年越し・お正月と楽しい行事が続き
ます。今年は新型コロナウイルス感染症の予防のため、家にいることが多いと思
います。だからといって、夜ふかしや食べ物の食べ過ぎは体調をくずす原因になりま
す。楽しい冬休みになるよう、生活リズムを整えて元気に過ごしましょう。

たの ふゆやす 楽しい冬休みにするために



31

ふくそう き 服装には気をつけて

したぎ き かさ き 下着を着て、重ね着をするとあたたかいよ



10

ゆっくり入浴しよう

湯船にゆっくりつかってあたたまろう。入りすぎには注意！



や

ふゆやす しょくた
冬休みも3 食食べよう

あさ あさ まいにち た
朝ねぼうせず、朝ごはんも毎日食べよう



す

すいみんはたっぷりとろう

きそくただ せいかつ いしき
規則正しい生活リズムを意識して！



24

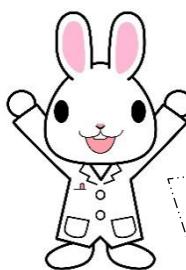
げんき すがた とうこう
みんな元気な姿で、1月8日(金)に登校してきてね

はじめの会でみんなに会えるのを楽しみにしています

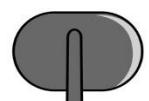
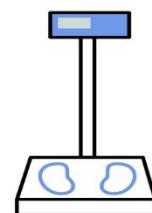


けがしたり、具合が悪くなったりして保健室に
来た人の数です。10月12日(月)から12月18日(金)
までのべ人数です。

けが 279人	けがで多かったもの 1位・・・だぼく(46%) 2位・・・すりきず(14%) 3位・・・きりきず(11%)	
病気 77人	病気で多かったもの 1位・・・おなかがいたい(29%) 2位・・・気持ちがわるい(27%) 3位・・・頭がいたい(24%)	



教室や廊下でふざけていて、けがをする人がとても多いです。
1月からは落ち着いて生活を送ることができるようにしましょ
う。また、12月15日(火)から保健室への入り方が変わり、怪我
をした人と具合が悪い人は別のドアから入ることになっていま
す。入口のドアにも掲示されているので間違えずに入るようにし
ましょう。



＜1月の健康診断のお知らせ＞

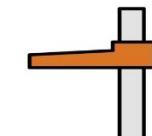
身体計測

持ち物 体育着

○13日(水) 1、2年生

○15日(金) 3、4年生

○19日(火) 5、6年生



脊柱側弯検診

持ち物 体育着

○21日(木) 6年生

