



令和6年3月14日
 稲沢市立山崎小学校
 保健室

今年度も、あっという間にまとめの3月。6年生は中学校へ、1～5年生は学年が上がり、もうすぐ新しい生活が始まります。その準備の一つとしてやっておいてほしいのが、「健康面の見直し・振り返り」です。勉強面では、みなさん振り返りをするとと思いますが、自分の健康について、見直しや振り返りをしたことがありますか。

この一年間で、何かしらの病気にかかったり、けがをしたりした人もいます。これから迎える新年度、病気やけがを予防し、もっと健康に過ごすために、なぜその時、病気やけがになったのかを改めて考えることがとても大切です。

3月の保健目標
1年間の健康生活を反省しよう

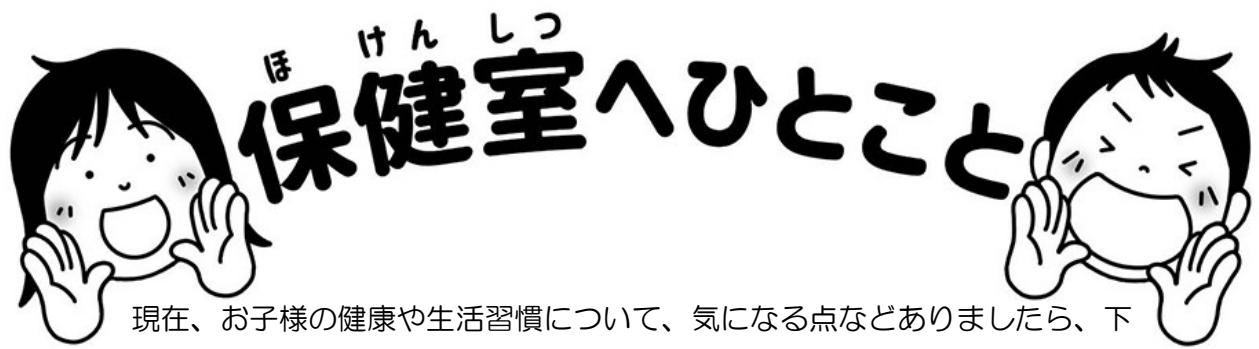


心も体も健康な1年をすごせたかな？

☑ 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

これからも病気やけがに気をつけて生活しましょう。



現在、お子様の健康や生活習慣について、気になる点などありましたら、下記の枠にご記入いただきますよう、お願いいたします。次年度の保健指導の際に、参考にさせていただきたいと考えております。ご協力よろしくお願いいたします。

年 保護者氏名



※ ご記入いただいたものは、3月21日(木)までに、保健室 武藤 までお願いします。

きりとり

保護者の方へ

「ほけんだより」を一年間読んでいただき、本当にありがとうございました。

また、ご家庭での健康観察や多くの調査票だけでなく、本校の保健教育の一貫として取り上げてきました「メディア機器に関する取組」についても、ご理解・ご協力いただいたことに、大変感謝しております。最近では、子どもたちから「最近、寝る時間を守ってるよ」「メディア機器って何時間までなら使っていいの?」というような声が聞かれるようになりました。子どもたちの意識の高まりを感じ、うれしく思います。この場をお借りして、お礼申し上げます。

