

# ほけんだより

～はるやすみ号～



いよいよ春休みです。3月～4月は、たくさんの「さようなら」と「こんにちは」が訪れる時期。進学や進級で、親しい友達と別れてさみしくなったり、新しい環境で「がんばれるかな」と不安になったりする人もいるでしょう。でも、大丈夫。それまですごしてきた日々の思い出は決して心から消えないし、幸せは時と共に積み重なっていくものだから。

希望や不安、戸惑いなど、みんなひっくるめて、今のあなた自身だと受け止めれば、心が落ち着きます。素敵な春を迎えられますように。心から、応援しています。

春休みは、次の学年へのステップのために、心やからだ、身の回りのことなどで準備をするチャンス！有意義にすごしてくださいね。



※重要！

## 健康観察について

日頃より、健康観察の実施、Forms へのご入力ありがとうございます。なお、3月23日（木）～24日（金）まで新しいForms への入力を試験的に実施したいと考えています。こちらは、出席・欠席に関わらず、全員入力をお願いいたします。

※2～6年生は、4月10日（月）は旧クラスで入力します。4月11日（火）からは新クラスでの入力をお願いいたします。春休み中の入力は不要です。ただし、春休み中もご自宅で朝の検温・健康観察は引き続きご協力をよろしくをお願いいたします。

麻しん・風しんの予防接種は、済んでいますか？

第2期の定期予防接種が済んでいない場合は、令和5年3月31日までに受けましょう。

＊対象者＊

・第1期：1歳のお子さん

・第2期：5～7歳未満で小学校入学前の1年間のお子さん（平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれの方）

＊費用＊

・接種費用はお住いの市町村が負担します。ただし、対象者でなくなると、費用は自己負担になります。

あなたの1年は、どうだったでしょうか？



3度の食事を好き嫌いせずバランスよくとった



早寝早起きをして1日8時間くらいぐっすり寝た



毎日、規則正しい生活リズムですごせた

## 1年間の健康生活をふり返ってみよう



適度に運動をして積極的にからだを動かした



ケガや病気の予防を心がけて、実行できた



友達と仲良くできた喧嘩しても仲直りできた

2枚の絵を見くらべて 7つのちがいをさがそう！！

この1年間、心もからだも健康にすごせましたか？



この1年間、心もからだも健康にすごせましたか？



こたえ：中央右のいす／左手前の養護教諭の先生のリボン／中央の男の子の服／本棚の左側の2段目の高さ／右奥のポスターのうさぎ→ねこ／視力検査表の左上のランドル環の向き／じゃんけんをしている右手前の男の子の手