

ほけんだより4月

2016. 4. 8



新しい1年間がはじまりました。変わったばかりのクラスや先生にまだなれずに、ドキドキすることが多いと思います。

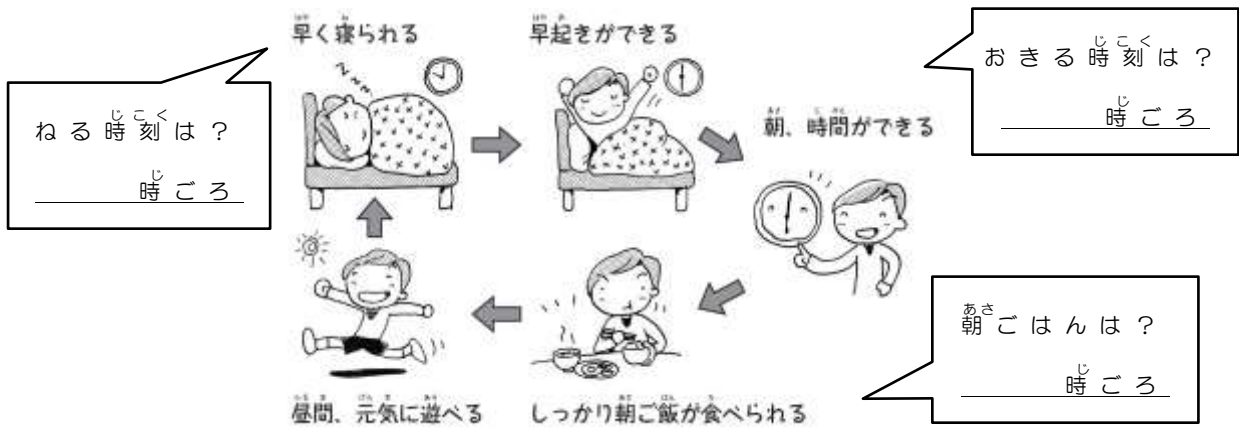
そんな毎日を元気に過ごすポイントは「**早ね・早おき・朝ごはん**」の生活のリズムをつくること。心と体のエネルギーを満タンにして、いろいろな人に元気に「あいさつ」をすると心がおちついてきますよ。

あいさつは、友だちづくりの第一歩



「早ね・早おき・朝ごはん」、できるかな？

* いつもやっている時間を書いてみよう！



健康診断で自分の体を知ろう！

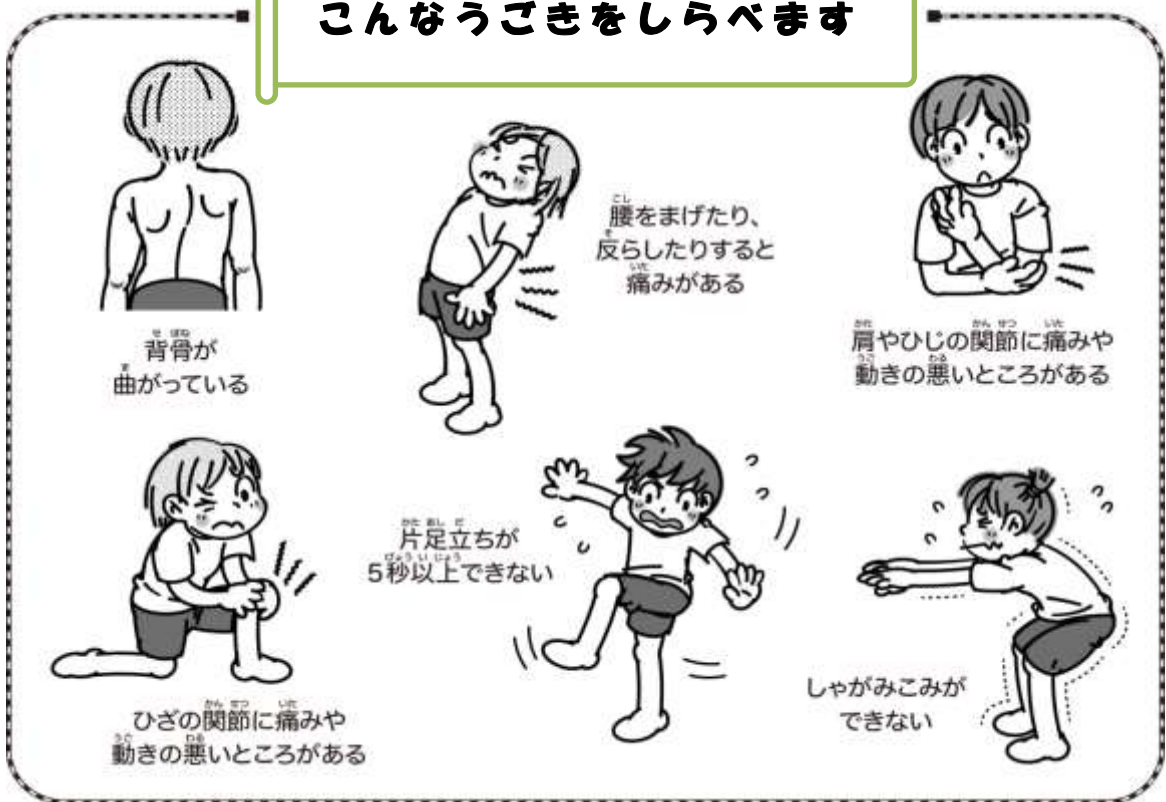
4月からはじまるいろいろな検査や健診では…

- ①自分の体のことがわかります。
- ②自分の健康の大切さがわかります。
- ③自分の健康をまもることができます。

4月から新しく運動器検診もはじまります。



こんなうごきをしらべます



ほけんしつせんせいの先生は
「早坂曜子」といいます。
1年間、よろしくおねがいします。

ほけんしつは、みんながつかえる場所です。みんなが気持ちよくつかえるようひとり一人がルールをまもってつけてね。