



ほけんだより



貝塚市立北小学校 保健室
平成24年3月22日

1年間ありがとう ございました!!

まだまだ上着が手離せない日が多いですが、
 少しずつ日が長くなり、春が来るのが待ち遠しい
 です。23日から春休みがはじまります。規則正し
 い生活を心がけ、けがや病気の無い楽しい
 春休みをすごして下さいね!!

上ぐつ ふんでませんか?

最近「上ぐつ」をふんでいる人をよく見かけ
 ます。「ちやんとはいてね!」と言うと「小さく
 てムリ!!」との答えが…。子どもは毎日
 大きくなっているので足のサイズも大きくな
 ります。自分のサイズに合わないワズをはい
 ていると、足に良くありません。春休みの
 間は、上ぐつの点検をしましょう!!
 ピンタリサイズだと歩きやすくて、
 気持ちイイね!!




じょうずな 


春休みの過ごし方

よくない 

はやおき! そと はやね!



TV ゲーム



よふかし...

おはよう

おはよう

あいさつをする!!

おはよう

アレ??

あいさつをしない...

うんどうをする!



今日は1日中
ゲームしてたな



長時間の
ゲーム...

三食きちんと食べる!

あさ OK

ひる OK

よる OK

かたよた食事...

あさ NO

ひる

よる

はみがきをする!!



こまったなあ...



はみがきをしない...

1のしい春休みがはじまりますね。あなたにかい日があふえてくるので、ぜひ体をうご
 かしましょう。生活指導だよりをきくと読んで、安全で楽しい春休みにしましょう!

