

ほけんだより

近津小学校

ほけんしつ

R5.12.22

No.8

文責

～保護者の皆様と児童のみなさんへ～

クリスマスやお正月など楽しい行事がたくさんある冬休み。家族と楽しい時間を過ごしてほしいなと思います。ついつい夜更かしになってしまったり、食べ過ぎてしまったり、生活習慣が乱れやすくもなります。2024年を元気に迎えるためにも、生活リズムを整えて、心も体も元気に過ごしてください。

たのしい ふゆやすみを！

大掃除の
お手伝い

ふいたり
はいたり



手洗い
換気

油断せず
続けよう



早起き
朝ごはん

休みでも
早寝



たっぷり
とろう

すいみんを



あとは
はみがきです

みがきます
食事の



家族みんなで質問に答えて、
楽しんでみてね。

～今日の質問～
「今、一番手に入りたい
ものは何ですか？」



4・5・6
年生へ

冬休み中に、おうちの人と「生活習慣病」について、話をしてください。
「近津地区の高血压疾患や糖尿病の医療費の状況や生活習慣病について
の資料」と、「児童のみなさんがおうちの方に質問する用紙」、「生活習慣病を予防する方法を
考える用紙」を配付します。家族みんなで協力して記入してください。児童のみなさんと
家族のみなさんの健康につながることを願っています。ご協力お願いいたします。