

ほけんだより しょうがくぶ 小学部



れいわ ねん がつ にち
令和 8年 3月 23日

あかぎとくべつしえんがっこうほけんしつ
赤城特別支援学校保健室

今年一年、頑張ったことを自信に変えて

3月は1年のしめくくりですね。今年もいろいろなことに挑戦し、たくさん成長できたと思います。

新しい学年でも、その経験を力にして、元気に進んでいきましょう。



健康生活の反省をしよう！

✓ 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！！



① 早ね早おきができた



② すききらいをせず
何でも食べた



③ こまめに体をうごかした



④ せいけつな生活ができた
(歯みがき、手洗い、うがいなど)



⑤ 友だちと仲よくできた



⑥ ストレスを上手に
解消した

振り返ってみて、どうでしょうか。規則正しい生活ができた人や手洗いの重要性に気づいた人がいるかもしれません。

来年度も元気に過ごすために、できることを考えましょう。

もうすぐ

しんがく 新学期！



- 新学期に備え、春休みに生活リズムをくずさないようにしましょう。
- ゲームや動画の時間を決めて守りましょう。
- 手洗いやうがいをひきつづきおこない、感染症を予防しましょう。

