

ほけんだより



令和8年3月23日

陸合小学校保健室

中村 涼子

いよいよ春休みですね。病気の治療を済ませておき、休み中、規則正しい生活を送ることで、新生活を元気に始められるよう、準備をしましょう。3月6日のお弁当の日、大変お世話になりました。子どもたちは早起き、おかず作りなど、それぞれ決めたことにチャレンジできていたようです。普段から料理を作ってくれる人への感謝の気持ちも持てるようになるといいですね。



お弁当の日 お世話になりました

- ・作るのが難しかったけど、楽しかった。
- ・全部作ったものをいれるのが難しかった。
- ・卵を自分で割り、卵焼きを自分で作りました。

などの感想がありました。早起きしてがんばった人も多かったようです。保護者の方にはお忙しい中ご協力いただき、ありがとうございました。

春休みの過ごし方

身に付けよう



良い生活リズムを

春休み中に治療しておこう



新生活に向けて、きそく正しい生活リズムをととのえ、身の回りの整理や準備をしましょう。



むし歯やアレルギー症状のある人がいます。ひどくなる前に治療しておきましょう。