



すまいる

正雄くん、綾さん、卒業おめでとう

全校児童に慕われる人気者の正雄くん、面白い発想で隠れた趣味を色々持っている綾さん。2人が卒業する寂しさと、立派に成長し卒業を迎える喜びでいっぱいです。

中学校では何かと戸惑うことがあると思いますが、新しい仲間と助け合い、充実した日々を送ってくださいね。これからも応援していますよ！



新しい学年のスタートに大切な春休み！

今日で3学期も終わりです。この1年間で体が大きく成長したように、目には見えないけれど、心も大きく成長したと思います。

春休みは、1年間の生活を振り返ってみましょう。そして、4月に向けて身の周りの整理整頓や早寝、早起き、歯磨きなどの生活習慣に気をつけて、心も体も元気いっぱい新学期をむかえましょう。



新学期に向けて準備しよう！

- ①生活のリズムをくずさず、出来るだけ学校がある日と同じ時間に寝起きを！！
- ②上ぐつ、エプロン・バンダナを持ち帰り、お洗濯を！！
- ③部屋の掃除や机の整理整頓を！！
- ④新学期用の鉛筆やノートの準備を！！
- ⑤虫歯や目、鼻、耳などの治療を！！
- ⑥始業式に持って行く物の確認を！！
(健康カード、上ぐつ、通知表など・・・)



<保護者の皆さまへ>

- 本日けんこうカードを配布しました。お子さまの成長の様子を確認の上、表紙の3学期の枠に保護者の印、またはサインをお願いします。始業式の日、学校へ提出してください。P2～3の「健康調査」や「アレルギー」など、健康に関わって知らせておきたいことがありましたら、新学年の欄へご記入をよろしくをお願いします。
- 新学期に向けて、給食エプロン、バンダナ、巾着などの洗濯もよろしくをお願いします。
- むし歯や視力など、気になることがあれば、春休み中に検査や治療を受けられますようお願いします。
- 春休みは、新学期に向けての準備の期間です。生活リズムが崩れないように、また、新学期の準備として身の周りの整理整頓、学習用具の点検、準備など、各ご家庭で声をかけていただければと思います。



ねんかん せいかつ はんせい 1年間の生活を反省しよう

きょねん がつ ことし がつ
 去年の4月から今年の3月
 までの生活を振り返ってみ
 よう。できたと思う物に○を
 付けてね。



せいかつ 生活リズム



けんこうかんり 健康管理



こころ けんこう 心の健康



1	はや はや 早ね、早おきできた	
2	にち しょく きそくただ しょくじ 1日3食、規則正しく食事をとった	
3	まいあさ はいべん しゅうかん 毎朝、排便の習慣がついた	
4	じかん いしき 時間を意識してすごすように心がけた	
5	てあら がみ も ある こまめに手洗いをしてちり紙・ハンカチを持ち歩いた	
6	あさ よる は 朝と夜の歯みがきは習慣にすることができた	
7	す きら た 好き嫌いしないで食べるようにした	
8	つめ き 爪をきちんと切っていた	
9	しせい ただ 姿勢を正しくするよう心がけた	
10	ともだち なかよ 友達と仲良くできた	
11	お こ きぶんてんかん イラしたり落ち込んでも、うまく気分転換できた	
12	なや しんぱい そうだん ひと 悩みや心配ごとを相談できる人がいた	
13	お こ よ ほう かんが 落ち込んでも良い方に考えるようにした	



◎ ぜんぶ ひと
全部○だった人

・りっぱです！健康な1年でしたね。これからも
つづ 続けてくださいね。



◎ 0が10こ以上だった人

・もう一息です。健康な生活まで
あと少し！！



◎ 0が6こ～9こだった人

・もう少し取り組めることがある
はず。気をつけて生活しましょう。



◎ 0が5こ以下だった人

・毎日の生活を見直して、できる所から1つず
と づ 取り組んでみましょう。