

ほけんだより 1 月号

2025年1月16日 中津小学校 保健室

2025年がスタートしました。今年もよろしくお願ひします。保健室前では、廊下に掲示したおみくじを楽しむ子どもがたくさんいて、休み時間はにぎやかです。今年の目標は立てましたか？達成するためにも、まずは健康第一で過ごしたいですね。



健康カルタにチャレンジ！

年末年始は楽しいイベントや外出の機会が多い時期。お正月にカルタをした家庭もあるのではないのでしょうか。この健康カルタのように、いつも以上に体調管理に気を付けて、家族みんな元気に過ごせると良いですね♪

よみふだ

あせひかる
そとでげんきに
あそぼうよ

エチケット
せきがあるとき
マスクして

ともだちを
きずつける前に
しめきんう

てあらいは
ゆびのさきまで
ていねいに

きけんだよ！
ポッケに手を入れ
あるかない

いちにちの
頑張るスイッチ
あそびはん

線で結んでね

えふだ



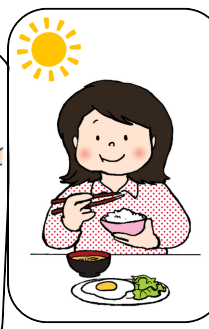
寒くても手を出さず。骨折の危険あり！



外で体を動かして強くなろう！



爪が長いと怪我をしやすいわ。こまめに切つてね！



食べないと元気が出ないよ。



手洗いが健康への近道！



今の時期マスクは持ち歩こう。