

ほけんだより

運動会の応援くんが
がんばってますね!



なれてきたころに注意!!

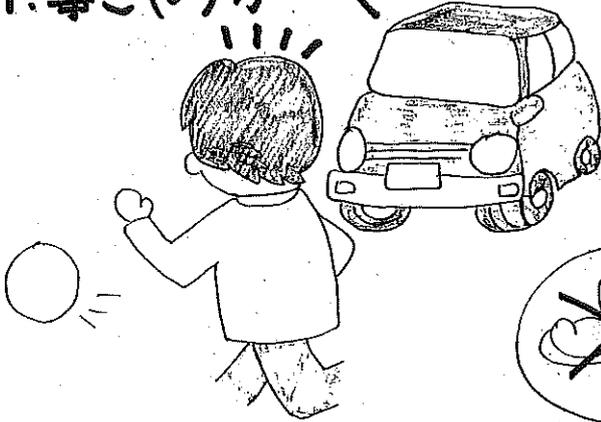
ちゅうい

R5.5.15

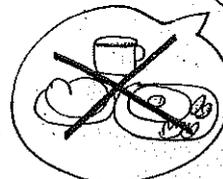
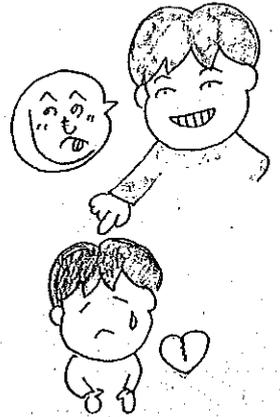
北郷小
保健室

たとえば...

1. 事故やケガ



3. 言葉づかい



2. 生活リズムのめだれ

4月にスタートした新学期も、ゴールデンウィークが終わり、大きな行事をひかえている今は、学校生活にもなれて、つい気持ちやゆるみがちになります。そうすると、事故やケガ、生活リズムのめだれ、友達とのトラブルなどがおこりやすくなります。ぜひ気をつけてくださいな。



早ね、早おきを心がけ、食事をしっかり食べ、しっかり体を動かそう!!

北郷って運動会にむけての練習がふえます!!



応援や、種目の練習、活動する時間がふえます。自分が考えているよりも、体はつかれています。



朝ごはんをしっかりと食べる



お風呂に入って体をきれいに!



早くねて
しっかりすいめん

元気に学校生活を

送ることができるように

生活リズムをととのえる

ようにしましょう。

◎毎日水とをわあすに!!