

ほけんだより

令和6年3月18日(月)
厚岸町立太田小学校
生徒指導部

あす そつぎょうしき
明日は卒業式！

ねんせい かんしゃ きも つた
6年生に感謝の気持ちを伝えましょう

そつぎょうしき そうれんしゅう お
卒業式の総練習も終わり、いよいよ明日が本番ですね。卒業式において、呼びかけや歌の練習
いっしょうけんめいと く
を一生懸命取り組んできたと思います。今までたくさんお世話になった6年生にみんな感謝の
きも つた
気持ちを伝えましょう。

ことば ちから
「ありがとう」の言葉にはこんな力があるよ！

しあわ きも
幸せな気持ちに
なれる

こころ
心のバランスが
ととの
整う

き
やる気が
で
出てくる



しゅうちゅうりよく
集中力が
アップする

い い やさ きも
「ありがとう」は言った人も言われた人も優しい気持ちになれますね。

卒業生のみなさん ご卒業おめでとうございます

少し早いですが、ご卒業おめでとうございます。6年間の小学校生活がもうすぐ終わりますね。4月からの中学校生活でも楽しく元気にすごしてほしいなと思います。悩みは一人で抱え込まずに誰かに相談することが、解決への一番の近道ですよ。中学校でも頑張ってくださいね。応援しています。



いちねんかん かえ
一年間をふり返ろう！

けんこう き せいかつ
健康に気をつけて生活できましたか？

↓ できたものに○をつけよう ↓



しょくせいかつ
食生活

- 朝ごはんを毎日食べた
- バランスよく食べた
- 食後に歯みがきをした
- 食べすぎに注意した



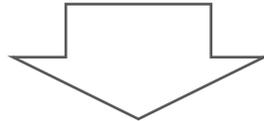
せいかつ
生活リズム

- 夜ふかしをしなかった
- 休みの日も早起きができた
- ゲームやタブレットは時間を決めて使うことができた



かんせんしょうよぼう
感染症予防

- ていねいな手洗いができた
- ハンカチを毎日忘れずに持ってくるのができた
- 気温や天気合わせた服装を意識できた



なんこ
何個○がついたかな？

0～4個の人 まだまだ！

できていなかったことの中から1つ選んで、
春休みの目標を決めよう！

5～8個の人 もう少し！

ついつい忘れてしまうことは何かな？

9～10個の人 いい感じ！

進級してからも継続しよう！

はるやす きそくただ せいかつ
春休みも規則正しい生活を！

6年生は、20日(水)から、1～5年生は23日(土)から春休みに入ります。春休み中は次の学年の準備をするともに、生活リズムを整えて心と体をしっかり休めましょう。心も体もすっきりした状態で新学期をむかえましょう！

はるやす せいかつ
～ 春休みの生活のポイント ～

はやね はやお
早寝・早起きをする！



からだ うご
体を動かす！



はん
ご飯をしっかり食べる！



保護者の皆様、感染症対策をはじめ、各種の学校保健活動にご理解とご協力をいただき、まことにありがとうございました。