



令和7年12月24日
日南市立大窪小学校
保健室



おうちの方と
読んでね

今日は終業式でした。2学期は、大運動会に修学旅行など、楽しい思い出がたくさんできましたね。悠馬さんと結々さんにとって一番印象に残っている行事は何ですか？明日から冬休みが始まります。冬休みも規則正しい生活を心がけ、感染症に気を付けて過ごしてくださいね。1月6日の始業式に会えるのを楽しみにしています。



2学期も委員会活動がんばりました

2学期も2人で力を合わせて委員会活動がんばりました。毎日の給食時間の仕事や、週に1回のブックタイムの仕事、ハッピー給食も大成功でしたね。

また、月に1回の「安全点検」では、大運動会前に体育館の点検をし、来てくださった方の安全を守ることができました。

他にも、月に1・2回ある委員会の中では、「ここはこうした方がいいと思います」「〇〇はよくないと思います」などと積極的に自分の意見を出し、良くしていこうという気持ちが見られ、とても感心させられました。

3学期は「給食感謝集会」や「学校保健委員会」があります。最後まで一緒にがんばりましょう。

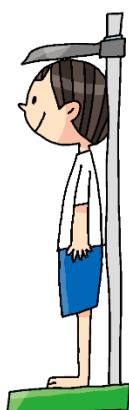


1月7日（水）身体計測・視力検査が実施されます

身体計測・視力検査は、自分のからだを知り、

健康について考えるチャンスです。

- 当日は、体育服をわすれないようにしましょう
- 前がみが長い人は、ピンでとめてきましょう
- からだのことや目の見え方で気になることがあるときは、えんりょなく、先生に話をしてくださいね



ふ ゆ や す み を

あい こと ば
合言葉に、
げん き す
元気に過ごそう！



ふ フルーツや野菜を食べて、カゼに負けない体を作ろう

ゆ ゆうわくに負けず、たばこやお酒は断ろう

や やりすぎ注意！ スマホやゲームは時間を決めて

す すいみん時間はたっぷり取ろう

み みんなで笑って、よいお年を



悩みごとや不安なことがあったときは
だれかに話そう



家族やきょうだい



ともだち



学校の先生

しんらい
信頼できる人にお話をする、気持ちが楽になるかもしれません。
ひとりでかかえこまずに、いっしょに解決（かいけつ）しましょう。

もしも、だれかに話せないときは・・・

24 時間こども SOS ダイアル

SOS をだしたいくらいつらい思いをかかえている人向けに
毎日 24 時間相談をうけつけてくれます。
電話番号 0120-0-78310 通話料無料
24 時間受付 年中無休

🔔 🕯️ 🌿 ⭐ 🧦 🔔 🕯️ 🌿 ⭐ 🧦 🔔 🕯️ 🌿 ⭐ 🧦 🔔
保護者のみなさまへ

2 学期も学校保健委員会のご参加や、保健関係の書類の提出など、本校の保健活動にご協力いただき、誠にありがとうございました。

悠馬さんと結々さんが、11 月のわたしの誕生日に、2 人でサプライズハッピー給食をしてくれました。おかげで心に残る忘れられない誕生日になりました。ありがとうございました。

3 学期もよろしくお願いいたします。

