



2023. 3. 24
昼生小学校 保健室
No.26

みなさんにとって、どんな一年間でしたか？ たくさん食べて、たくさん運動をして、たくさん勉強して、たくさん経験をして、体だけでなく心も大きく成長しましたね。この1年間の自分の生活や行動を振り返り、新たな気持ちで進級に向けた準備をしましょう。4月から新たな学年で、さらに成長してくれることを期待しています。

明日から春休みです。春休み中も、早寝早起きを心がけて、メディアの時間やルールを守り、健康的な生活を送ってください。

保健室の1年間



次の学年へステップを！

春休みは次の学年へのステップのために、心やからだ、身のまわりのことなどの準備をするチャンスです！

- ◎ 早寝早起きや朝ごはん、排便などの生活リズムをととのえましょう。
- ◎ 体操服や上履き、くつなどのサイズを確認して、合わなくなったものは新しくしましょう。
- ◎ いらなくなったものは処分して、身の回りの整理・整頓をしましょう。

