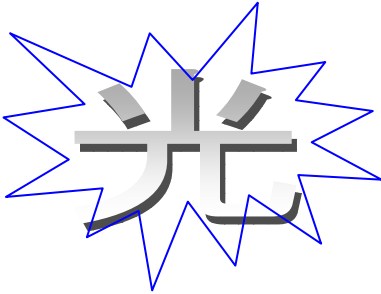


ふあいと 3月



春が近づいてくると
 気分が明るくなったり、
 わくわくしてきたりしませんか。
 その理由の一つは「光」です。
 光を浴びる時間が長くなるほど、

気分が明るくなり、
 短くなると気分が落ち込みやすくなる傾向
 があるとされています。春は、新しい生活

のスタートにぴったりの季節です。ハッピー！

からだどこも 元気でいたか。



卒業・進級おめでとう。

この1年間をふりかえってみよう。

できた... ふつう... できなかった... x



朝、顔をあらったよ。

()



食後にはみがきしたよ。

()



外から帰ってきたら、てあらい・うがいたよ。

()



つめをきっていたよ。

()



睡眠を十分とっていたよ。

()



朝ごはん食べたよ。

()



お風呂できちんとあらって
いたよ。()



テレビは選んでみたよ。
()



毎日うんこが出たよ。
()



よく外で遊んだよ。
()



あいさつできたよ。
()



友達となかよくできたよ。
()

保健室から1年間を通して

保健室にしんどいといって、きた人は、	459人
保健室にケガで、きた人	1471人
病院に行くケガをした人	38人

*ケガの中には、防くことのできたケガもありました。

しっかり体を動かして遊ぶと、危険なことがあっても上手に避けることができるようになります。

ルールは、みんながケガなく気持ちよく遊ぶためのマナーでもあります。

しっかりルールを守りましょう。

体育の前は、準備運動をしましょう。また、まわりをよく見ましょう。

*日頃の生活で体のために気をつけることがあります。

姿勢に気をつけましょう。丸い背中、頭・首への血の流れが悪くなり集中できにくくなります。

前髪に気をつけましょう。ちらつきは、目を悪くします。また、遊びや運動のときもじゃまになり、危ないです。