



ほけんだより



令和6年3月1日 新地町立福田小学校 文責：長尾

今年度も残り1ヵ月となりました。福田小のみなさんにとって、今年とはどんな1年になったのでしょうか。できたこと、がんばったこと、楽しかったこと、もっとがんばりたいこと、たくさんの思いがあると思います。まずは、1年間がんばった自分を一杯ほめてあげましょう。来年度も元気に登校するみなさんに会えることを楽しみにしています。



4月～12月までの学年毎の平均です

1年生

身長…4.5cm
体重…2.1kg

2年生

身長…4.0cm
体重…2.7kg

3年生

身長…3.8cm
体重…2.1kg

4年生

身長…4.6cm
体重…3.4kg

5年生

身長…5.3cm
体重…4.8kg

6年生

身長…4.7cm
体重…5.1kg

成長の速さには個人差があります。しかし、全員が少しずつ大きくなっています。また、身長や体重だけでなく、精神面や学習面・運動面など、みんなの一つ一つが大きく成長しました。この1年間の成長には、毎日支えてくれた家族、優しく時には厳しく見守ってくれた先生、切磋琢磨し笑い合ってた過した友だち、多くの人がかかわってくれています。一人ではなし得なかった成長です。

あなたは、だれに「ありがとう」を伝えますか？



けんこうせいけつ ほんせい 健康生活の反省をしよう

3年生 ver.

Q1 自分ののはの形に合ったていねいなはみがきをここがけている **はい**

Q2 1日1時間いじょう(体育や休み時間もok)運動した **はい**

Q3 きゅう食では、苦手な食べものにもちょうせんして食べた **はい**

Q4 夜のはの9時までにはふとんに入り、1日9時間いじょうねた **いいえ**

Q5 晴れた日には外であそぶことも大切！ゲームやiPadをつかうときは、30-20運動を行った **いいえ**

Q6 きゅう食は、栄養バランスが考えられています。1口でもちょうせんしよう！せきやくしゃみをするときは「せきエチケット」を意識した **いいえ**

Q7 ゲームは1日1時間を守って楽しんだ **いいえ**

Q8 ゲームのやりすぎちゅうい！そして、目を守るために、30cmはなして20びょう休みながら行おう！手をあらうときは、ポイントを守ってあらった **いいえ**

Q9 手あらいは「6つのポーズ」、せきエチケットは「口や鼻を「マスク」「ひじょうら」「ハンカチ・ティッシュ」でおおう」こと！平日も休日も、朝ごはんを食べる習慣ができていた **いいえ**

パーフェクト!
健康的な生活です！これからもつづけてね。

なかなかいい感じ!
健康的な生活に近い！あと少しのかだいを意識してもっと健康になってね。

がんばろう!
元気にすごしていけるよう、まずはできないことの3つをきめて、できるように取り組もう！

3月の行事

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 給食弁当なし
3	4 振替休日	5 クラブ活動	6 薬物乱用 防止教室 (6年)	7 ありがとう 6年生	8 愛校活動	9 授業参観 PTA 総会 学級懇談会
10	11	12	13	14	15	16
17	18 弁当	19 弁当	20 祝日 (春分の日)	21 弁当	22 給食弁当なし	23
24	25	26	27	28 離任式	29 修了式 卒業式	30
30						

けんこういいんかい 健康委員会で

けんこう 「健康だより」をつくりました!

けんこういいんかい 健康委員会で「健康だより」をつつたので、3月6日(水)に配ります。

3月の保健目標である『健康生活の反省をしよう』に基づいて、福田小のみんなが健康にすごすことができたのか、健康委員会「健康な生活」をチェック式にして考えました。ぜひチェックしてみて、自分の1年間の生活をふり返ってみてください。