



ほけんだより 冬休み号



むかゆか

平成28年12月21日 発行
尾張旭市立旭小学校 保健室 【水野】

もうすぐ冬休み！クリスマスにお正月…楽しみなことがたくさん待っていますね♪3学期を元気よくむかえるために、冬休みも規則正しい生活を心がけましょう！

* 『〇〇デー☆カレンダー』に挑戦しよう！*

冬休みの1日1日を大切にすごすために、1日に1つ、みなさんに挑戦してほしい目標を作りました。目標をクリアした分だけ、3学期“はっぴ〜”にすごせるはず！

12/23(金)

あいさつデー

家族や近所の人に、
元気よくあいさつ

しよう！



12/24(土)

うんどうするデー

ケーキやごちそうを
食べる前に、しっかり

運動しよう！

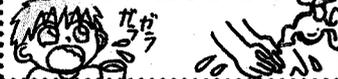


12/25(日)

てあらいうがいデー

外から帰ったら、
しっかり手あらい・

うがいをしよう！

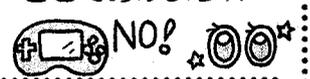


12/26(月)

ノーゲームデー

目の使いすぎに
注意！目を休けい

させてあげよう☆

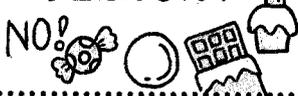


12/27(火)

ノーおかしデー

おかしを食べすぎて
いないかな？

今日はがまん！



12/28(水)

やさいたべるデー

好きなものだけで
なく、野菜を

たくさん食べよう！



12/29(木)

せなかシャキッとデー

さむくても、

せすじをシャキッと伸ばそう！



12/30(金)

ぴっかぴかデー

どこでもいいので
そうじをして

きれいにしよう☆



12/31(土)

ふいかえるデー

今年1年元気に
すごせたか、ふり

かえてみよう！

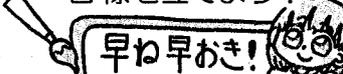


1/1(日)

いとしがくるデー

あけましておめで
とう☆今年1年の

目標を立てよう！

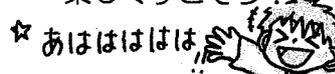


1/2(月)

はつわらいデー

今日は「初笑い」の
日。たくさん笑って

楽しくすごそう！

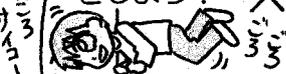


1/3(火)

ノーごろごろデー

晴れなら外であそび、
雨なら家のそうじ

をしよう！

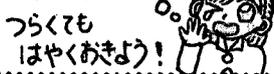


1/4(水)

はやねはやおきデー

夜更かししていない
かな？今日から

早く寝よう！



1/5(木)

はじまるデー

明日から3学期！

持ち物だけでなく、心と

体のじゅんびをしよう！



いくつ、クリアできたかな？
3学期からも、心も体も
はっぴ〜にすごしましょう♡

