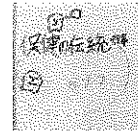


# ほけんだより



令和4年3月16日  
青木村立青木小学校  
☆☆保健室発行☆☆



保健委員  
6年からの  
メッセージ  
です♡

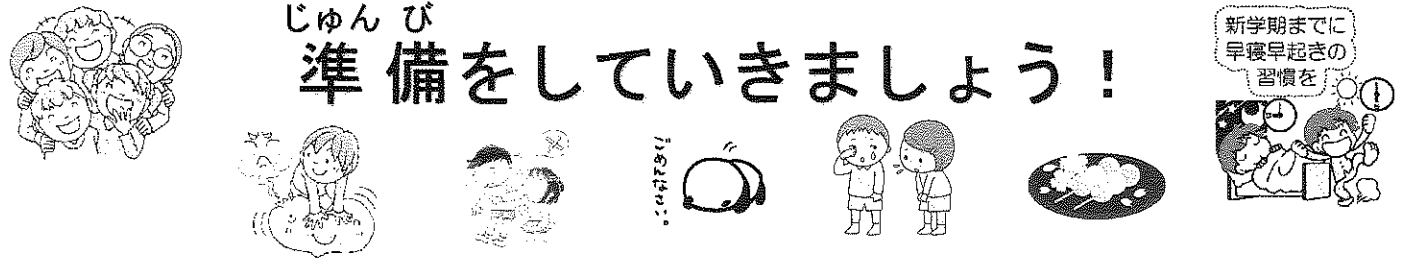
少しずつ暖かくなってきましたね。お花見に欠かせない三色団子には「積もった雪の下(白)に新芽が芽吹き(緑)花が咲く(ピンク)」という意味があるそうです。おいしいだけではなく、四季を感じられるようなメッセージが込められているのですね。さて、今年度も残すところ、後3日の登校+卒業式となりました。4月からは、6年生は中学生に、1年生から5年生は1つ上の学年になります。今年度の自分の生活を振り返ってみましょう。お友達にきつい言葉をかけてしまったり、けんかをして悪いなあと思ったりしていても、謝っていない人はいませんか？今ならまだやり直せます。自分の行動を反省できる人になって欲しいので、そんな人は是非実行して欲しいです。魔法の言葉は「ごめんね」です。

他にも、歯磨きをしないでいる人、食べ物の好き嫌いをしている人、ゲームの時間を守っていない人、早寝早起きができない人・・・。そんな人たちにも、是非、健康にいい生活を目指して欲しいです。



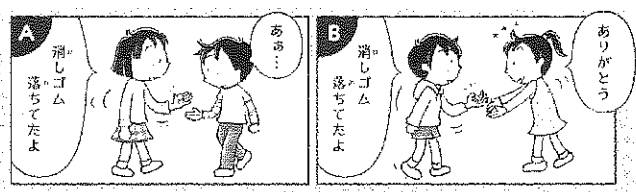
## 4月からのランクアップを目指して

### 準備をしていきましょう！



新学期までに  
早寝早起きの  
習慣を

ココロが  
あたたかくなるのは  
どっち？



お家の方へ

今年度も、新型コロナウイルスによる行動制限がたくさんあった年でした。そんな中でも、縮小されはしましたが主な行事はできたと思います。宿泊行事のあった5、6年生はいい思い出ができたのではないのでしょうか。来年度も楽しい行事がたくさんあります。その行事を楽しくできるためには、健康な体が不可欠です。毎日の手洗い、手指消毒、マスクの着用、早寝早起き朝ご飯、食後のハミガキ、給食を残さずに食べる、掃除を無言で行う、宿題をする。あげればキリが無いほどですが、当たりのことを普通にしていれば、自ずと健康な体は手に入ります。もうすぐこれまた楽しい春休みが待っています。この春休みを有意義に使って、元気に新年度を迎えましょう。保健関係では大変お世話になりました。ご協力に感謝いたします。

### ありがとうと言うだけで...



言った人にも言われた人にも、  
いいことがたくさんある「ありがとう」。  
感謝の気持ち、伝えていませんか？