



さいたま市立海老沼小学校保健室 令和8年3月2日 発行

いまのクラスの友達と過ごすのも、残り1か月ですね。この1年間、みなさんにとってどんな1年でしたか。友だちと遊んだり、笑いあったり、ときには、けんかをしたりすることもありましたと思います。うれしかったこともかなしかったことも、すべてのできごとがみなさんを大きく成長させてくれています。

えびっ子のみなさん、1年間よくがんばりましたね。みなさんががんばった自分に「大きなはなまる」をあげましょう♪

こんげつ ほけんもくひょう
今月の保健目標

けんこうせいかつ
健康生活の

はんせい
反省をしよう



がつ あいだ
3月の間にやっておきたいこと

か かえ
借りたものを返そう！

保健室で借りた保冷剤とそれを包むバンダナ、持っている人がいたら、3月中に保健室まで返しに来てくださいね。

そのほかにも、友達や先生から借りたままになってはいませんか？ありがとうの気持ちといっしょに返しましょう。



き ちりょう
気になるところを治療しよう！

黒板の文字が見えにくい、耳が聞こえにくい、歯が痛いということはないですか？時間のある春休みに病院で治療をしましょう。



しんねんど じゅんび
新年度の準備をしよう！

きつくなった上ばきや体育着は、おうちの人に伝えてサイズの合うものに変えてもらいましょう。





みなさんは、ありがとうの気持ちを相手に伝えることができていますか？

おうちの人、友達、先生、地域の人・・・みなさんの周りには、みなさんを支えてくれるたくさんの方がいます。ぜひ、「ありがとう」と言葉にして伝えてみてください。気持ちがあたたかくなりますよ。

えびっ子のみなさんがいつも元気に過ごしているのがたを見て、先生はたくさんパワーをもらっています。いつもありがとう！



を埋めよう！

ぜんぶできてる？

正しい自転車マナー

① 車道は がわを走ろう

② 歩道では、車道がわを 通ろう

③ で走らない

④ 出さない



自転車は便利ですが、乗り方によっては、自分や人の命をうばう危険も。正しい乗り方をしてくださいね。

ほけんしつ日記

今年度もほけんだよりを読んでくれてありがとうございました。ほけんだよりでは、えびっ子みんなが元気に学校生活を送れるよう、けがをしない過ごし方や病気の予防などについて、お知らせしました。みんなが元気に楽しく学校生活を送るためのヒントになっていたうれしいです。

少し早いですが、春休みも「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけて、外でたくさん遊び、元気いっぱいにご過ごしくださいね♪