



2学期は、「身長・体重・バランス」「尿検査結果」「視力検査結果」「歯科健診結果」を記録しています。冬休み中は、ご家庭で保管していただき、3学期始業式、押印の上、ご提出ください。
(「からだのきろく」は、通知表と一緒に配布します。)



冬休み健康カレンダー

カレンダーの「健康メッセージ」を
♪

日	月	火	水	木	金	土
 <p>みなさんはこの1年、病気やケガのないようがんばって きましたね。その中で、よかったところ・あまりできなかった ところの『ふりかえり』をすることで、次の1年をもっと健康に 過ごすためのヒントが見えてくるはず。 寒さに負けず、元気な毎日を過ごしましょう★☆</p>				24  そと かえ て 外から帰ったら、手あ らい・うがいをしっか りして、かぜのウイル スを追いつくそう！ マスクも忘れずに☆	25 クリスマス ふゆやす はじ 冬休みの始まりだ！ やす ちゅう けいかく 休み中の計画を、お 家の人と立ててみよ う。宿題も早めにする ようにしよう。	26 で かける とき いえ ひと 出かける時は家の人 に行き先と帰る時間 を伝えよう！ 
27 いえ てつだ 家のお手伝いを すす 進んでしよう！ 	28  お医者さんが休みに なる前に、むし歯など くあい わる 具合の悪いところを なお 治しておこう。	29 あたたかい日は外で あそぼう。お日さまの ひかり 光をあびて、元気に なろう！	30  しんねん 新年に向けて、家の中を きれいにしよう。 じぶん へや 自分の部屋はちゃんと、 そうじしたかな？ 	31 大みそか おお 大みそかだからとい って、夜ふかししない ように気をつけてね。	1 元旦 ことし ねん もくひょう 今年1年の目標を き 決めてみよう。	2 かぞく みちか ひと 家族や身近な人たち と、なかよ 仲良く過ごそう♪ 
3 そろそろ学校モード せいかつ ととの に生活リズムを整え ていくようにしましょう 	4  やす 休みでも、朝ごはんは ちゃんと食べよう！ にち げんき 1日の元気のもと、 あさ 朝ごはんです。	5 ゴロゴロせずに、 そと おち 外で思いっきり あそ 遊ぼう！ 	6 さあ、あしたから3学期 しゅくだい 宿題も終わらせて、 じゅんび 準備OK！ 	7 始業式 さあ、3学期のはじま りだ！元気いっぱい す 過ごそう♪		