

令和6年（2024年）3月 4日

千歳市立信濃小学校

保健室

おうちの人にも見せてください。

3月のほけんもくひょう

1年間をふりかえってみましょう

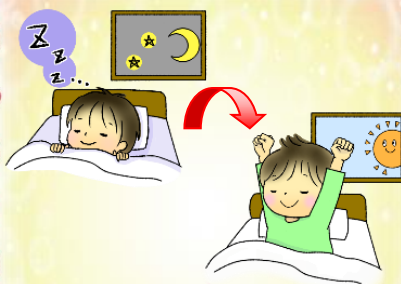
みなさんは、この1年間、どのように過ごすことができましたか？

1年間のまとめをして新しい学年に進んでください。



病気予防のため

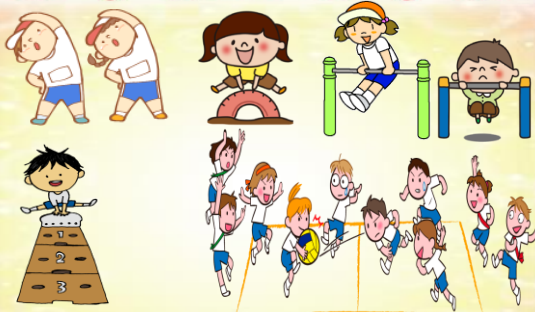
石けんをつけて手洗いを
することができましたか。



早寝・早起きが、
できましたか。



バランスよく食事を
することが、できましたか。



元気よく運動をすることが、できましたか。



みんなとなかよくすることが、できましたか。

かんせんしょう

感染症（コロナやインフルエンザ、かぜなど）の予防

よぼう



石けんを
つけて
手洗いを
しましょう。



換気を
しましょう。



睡眠を十分とって
一日の疲れを
とりましょう。



バランスのとれた
食事をして
からだを丈夫に
しましょう。



運動をして
体をきたえ
ましょう。