

ほけんだより 1月

2024. 1. 9
八幡台小学校
ほけんしつ

あけましておめでとうございます！

みなさんは今年の目標を立てましたか？ どんな目標を達成するにもコツコツと努力を積み重ねることが大切です。そのためには、健康な心と体が必要です。今年1年もけがや事故、病気に気をつけてすごしましょうね。八幡台のみなさんの毎日が、元気で充実した日々になるように、応援しています！



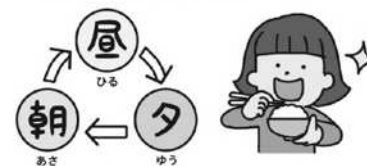
ふゆ やす 冬休みの生活



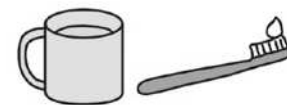
早ね早起きができた



朝・昼・夕の三食をきちんと食べた



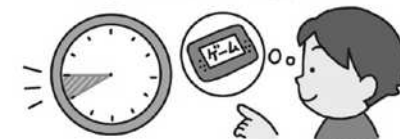
食べたあとに必ず歯みがきをした



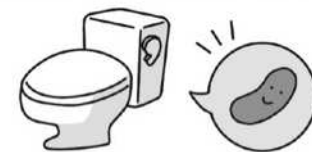
運動やお手伝いなどでからだを動かした



ゲームやスマホは時間を決めて使った



ほぼ毎日うんちが出た



外から帰ったとき、必ず手洗い・うがいをした



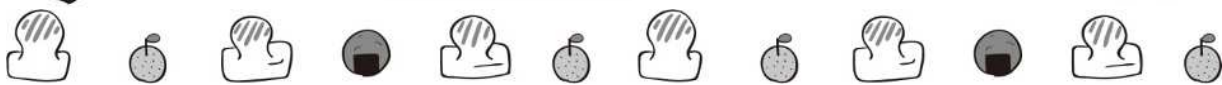
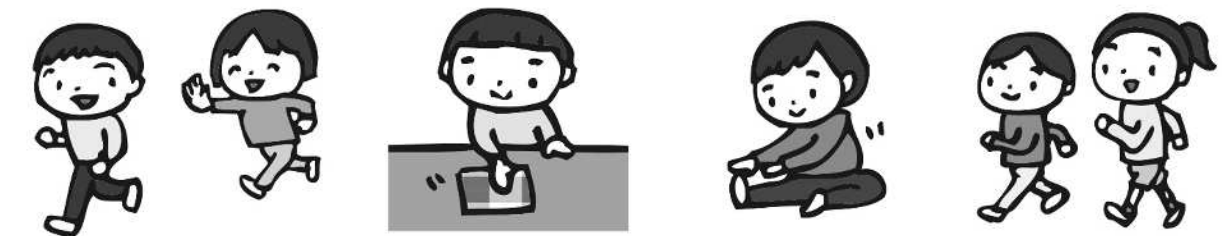
お酒・タバコのさそいはハッキリことわった



1月の保健目標 そと げんき あそ 外で元気に遊ぼう

さむいけど、からだをうごかしていますか？

そとあそび おうちでつだい ストレッチ ウォーキング



1月の保健行事

身体測定	10日(水) 1年生	11日(木) 2年生	12日(金) 3年生
	15日(月) 4年生	17日(水) 5年生	18日(木) 6年生



※体そう服ではかるので、必ず持ってきてください！
※身長測定がスムーズにできるよう、アップスタイルのかみ型はさけましょう。

はちまんたいしょうがっこう わかやまけんがっこうし かほけんゆうりょうがっこう ひょうしょう
八幡台小学校が「和歌山県学校歯科保健優良校」として表彰されました

今年度の歯科健診の結果と昨年度の学校歯科保健に関する活動(保健教育や学校歯科医の活動状況など)が審査され、選ばれました。賞状を保健室前の廊下に飾っています。これからもていねいな歯みがきを続けましょう♪