

ほけんだより

うらもあります。
おうちの人といっし
よに読みましょう。

平成30年3月1日
練馬区立豊玉第二小学校
校長 佐野 匡
養護教諭 白厩 英子

3月は1年のしめくくりの月です。どんな年だったか、
1年を振り返ってみましょう。

反省することもあるかもしれませんが、すべてプラスに
とらえて、新しい出発に備えましょう。



もくひょう
3月のほけん目標

けんこうせいかつ はんせい
健康生活の反省をしよう

1年間の健康生活を振り返って

できたことは□の中に○を書きましょう。

<input type="checkbox"/> はや はやお 早ね早起きをした 	<input type="checkbox"/> あさ 朝ごはんを毎日食べた 	<input type="checkbox"/> す 好ききらいなく何でも 食べた
<input type="checkbox"/> しょくご 食 後に歯をみがいた 	<input type="checkbox"/> そと 外でよく遊んだ 	<input type="checkbox"/> とも 友だちと仲良くした
<input type="checkbox"/> てあらい 手洗い・うがいをした 	<input type="checkbox"/> ハンカチ・ティッシュ をいつも持ち歩いた 	<input type="checkbox"/> だれにでも元気よく あいさつした
<input type="checkbox"/> ありがとうをよく言った 	<input type="checkbox"/> ゲーム、スマホは決め た時間を守って使った 	<input type="checkbox"/> 家の手伝いをよくした

○がつかなかったところは反省し、できるよう
うにして、新しい学年を迎えましょう。



やくぶつらんようぼうしきょうしつ 薬物乱用防止教室

ねんせい 6年生のみなさんが、ほんこうがっこうやくざいし やまむらひろこせんせい くすり
本校 学校薬剤師の山村博子先生から、薬 やたばこ・
アルコール・やくぶつ 薬物について、きけんせい さそ とき たいしよほう
危険性と誘われた時の対処法について学びました。

ねんせい かんそう <6年生の感想>

私は、薬物乱用のこわさを知りました。びん
の中に入っていた発泡スチロールが、短時間で
大きく溶けていたので、こわいなと思いました。
使いたいとは思わなかったけど、おかしに
似ている薬があったので気をつけようと思
います。ことわりかたも覚えました。



薬物による被害の大きさがわか
って良かったです。また、薬物使用
を勧めてくる手口がわかり、自分も
勧められるかもしれないという不安
がでてきたけれど、警戒心が強くな
ったので良かったです。



今回、薬物乱用防止教室では、タバコや薬物・お酒などには人に大きな影響をあた
えることがわかりました。特に、薬物は、絶対に手を出してはいけないと思
いました。
一度使ってしまうと、くり返し使ってしまう、悪じゅんかんになってしまうことが
わかりました。

これは、自分の将来を失ってしまうことにもつながってしまうので、私は必ず手
を出さないようにしようと思います。

タバコやお酒でも同じように体に悪影響をあたえるので使わない飲まないよう
にしたいです。

保護者の皆様

今年度1年間、保健関係の書類の提出や健康診断等お子さんの健康管理へのご協力ありが
とうございました。おかげさまで、保護者の皆様とともに子ども達の成長を見守ることがで
きました。

4月からまた、健康診断が始まります。来年度もご協力よろしく願いいたします。