

ほけんだより

令和8年 2月27日
練馬区立北町西小学校
校長 風見 由起夫
養護教諭 保坂 翔子

3月の保健目標は、「1年間のまとめをしよう」です！

今年度も残すところわずかとなりました。3月は、1年の締めくくりの月です。お子さんと一緒にこの1年間の生活の振り返りをしてみてください。

1年間の健康生活を振り返ってみよう



- 3食、好き嫌いせずに
バランスよく食べた



- 早寝早起し、規則正し
い生活リズムで過ごせた



- ゲームやスマホばかりせ
ず、適度に運動をした



- ケガや病気の予防を進
んでしっかり実行できた



- 友だちと仲良くし、けん
かしても仲直りできた



- いつも身の回りを清潔
に保つことができた

今年度も保健室へのご理解とご協力をいただきありがとうございました。この1年、子供たちは心も体も大きく成長しました。お子さんが落ち着いて1年を締めくくれるよう、引き続き保健室からサポートさせていただきます。

春休みのうちにととのえておこう



身のまわりのもの



からだの調子



こころ

新年度をスムーズにスタートさせるために

春休みの内に持ち物の確認をお願いします。また、新年度に向けて無意識に緊張しているお子さんもいます。お休み中も生活リズムを意識し、体と心の調子を整えて過ごすようにお願いします。

受診をお願いします

未治療の受診勧告はないでしょうか？
学校健診で「虫歯」や「視力低下」などの
受診勧告書をもらっている方は、授業に支障
が出る前に、時間のある春休みを利用して受
診を済ませるようにお願いします。



治療を済ませるチャンス!

春休み中に進級に向けた準備をお願いします