

ほけんたより



No.5

札幌市立新陽小学校

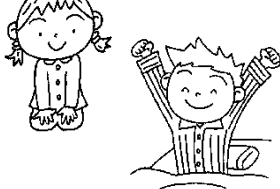
令和4年(2022年)5月31日(火) 保健室

今週末はがんばりを見せる会です。今年もグラウンドが使えず、十分な練習もできない中でしたが、それでも場所を見つけて、一生懸命練習しているみなさんの姿をたくさん見てきました。そのがんばりをお家の方にもしっかりと見ていただくことができるように、体の準備もしっかりと整えてください。

いつもどおり検温カードを集めます。
朝の検温も忘れずに！！

早寝・早起きを続けましょう。

おやすみなさい



朝ごはんを
しっかり食べましょう。

いただきます！



がんばりを見せる会で
元気に活躍するために…

毎朝、トイレに行きましょう。



つめを切りましょう。



つか

疲れ、たまっていますか??

今年度、月曜日に保健室に来る人が大変多くなっています(1日平均来室人数=月曜日14人、火曜日、水曜日10人、木曜日11人、金曜日9人)。コロナ禍で外出を自粛していたのが、少しずつ制限が緩み、お出かけできるようになってきて良かった反面、体力が落ちたまま、週末も休むことなく活動してしまい、月曜日に疲れが出てしまっているのではないのでしょうか。がんばりを見せる会へ向けて、体を動かしてきた分、たっぷり疲れはたまっていることと思います。今度の週末は、週明けにその疲れを残さないようにゆったり過ごせると良いですね。