



あたら 新 しい年がスタートしました。みなさんの今年の抱負は何ですか？今年も大きなけがや
びょうき 病気なく、みなさんが元気に過ごせますように。今年もよろしくお願ひします。

じ ぶん 自分 にかんせんしやうたいさく 感染症対策 を しっかりとつづ 続けよう



そと 外 から かい 帰 たら せつ 石 けん で て 手
あら 洗 い。 へ や かん き 部 屋 の 換 気 も し ょ う。



かんせんしやう 感 染 症 の りゆうこうじ 流 行 時 に は マ ス ク
を し て、 ひと ご 人 混 み は 避 け る。



えいよう 栄 養 や すいみん 睡 眠 を しっかりとつ
たいりよく て 体 力 を つ け る の も 大 事。

そとあそ 外遊びをしよう

がっき やす 2 学 期 は 休 み 時 間 に サ ッ カ ー や な わ と び、ド ッ ジ ビ ー な ど を す る 人 が 多 か
った 大 宮 南 小。 3 学 期 は ど ん な 遊 び が は や る の で し ょ う か？



そとあそ 外 遊 び を す る と、「 体 力 が つ く」「 夜、 しっかりと ねむ 眠 れ る」
ひまん 肥 満 や せいかつしゅうかんびやう 生 活 習 慣 病 の よ ぼ う 予 防 に な る「 ス ト レ ス 発 散 に つ な
が る」 な ど い い こ と が い っ ぱ い あ り ま す。 3 学 期 も み ん な
なかよ そとあそ たの で 仲 良 く 外 遊 び を たの じ ま し ょ う。



がつ けんこうしんだんとう についで 1 月の健康診断等の日程

ひつけ 日 付	ようび 曜 日	ないよう 内 容	ちゅういじこう 注 意 事 項
にち 9 日	きん 金	しんたいけいそく 身 体 計 測	たいしょう 対 象： 全 学 年 ふくそう 服 装 は 体 育 着（ 半 袖 ・ ハ ー フ パ ン ツ ） で す。 かみ 髪 の 毛 は 身 長 計 が 当 た ら な い 位 置 で 結 び ま し ょ う。



