



あたら とし ことし ほうふ なに ことし おお
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？今年も大きながや
ひょうき 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。

じふん かんせんしょうたいさく つづ 自分にできる感染症対策をしっかりと続けよう



そと かえ せつ て
外から帰ったら石けんで手
あら へや かんき 洗い。部屋の換気もしよう。



かんせんしょう りゅうこうじ
感染症の流行時にはマスク
ひとご さ をして、人混みは避ける。



えいよう すいみん
栄養や睡眠をしっかりと
たいりょく だいじ て体力をつけるのも大事。

そとあそ <外遊びをしよう>

がつ やす じかん
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
おおみやみなみしう がつき あそ
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 たいりょく よる ねむ
外遊びをすると、「体力がつく」「夜、しっかり眠れる」
ひまん せいかつしゅうかんびょう よぼう はっさん
「肥満や生活習慣病の予防になる」「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 がっき
で仲良く外遊びを楽しみましょう。



がつ けんこうしんだんとう にってい <1月の健康診断等の日程>

ひづけ 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 ぜんがくねん 対象：全学年 ふくそう たいいくぎ はんそで 服装は体育着（半袖・ハーフパンツ）です。 かみ け しんちょうけい あ い ち むす 髪の毛は身長計が当たらない位置で結びましょう。



