



ほけんだよい

令和5年 2月 保健室 齊藤久子

がつ に 2月は逃げます



ついこの間 年が明けたばかりと
思っていたら、1月は猛スピードで行っ
てしまいました。2月も逃げていくので油断
なりませんね。残された稲築東
小学校での日々をかみしめながら大切に
過ごしましょう。

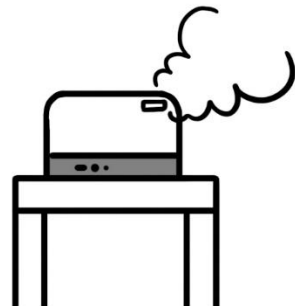
日は少し長くなりましたが、まだまだ寒い日は続くと
思います。引き続き、

「早寝早起き朝ごはん」で体調を整え、手洗い、3密を避けるなどで感染
症にかからないように気をつけましょう。

寒い冬もぐっすり眠るために...



寝る前に
布団を
あたためておく



寝る部屋を
加湿する



お湯に
ゆっくりつかる



せいで、
汗を吸う素材の
パジャマを着る

「やばい」って どんなどきでも 使えるの？

ほけんしつ こころのはいく



- おいしい
- ひどい
- 感動した
- こわい
- かわいい
- おもしろい
- 緊張する
- まちがった

これ全部「やばい」で表現していませんか？

「やばい」という言葉は一言で気持ちを表せるような気がする
ので、よく使っているという人も多いかもしれません。でも多くの意味を
表せるということは、逆に言うとどの意味で使っているのか、相手にはわから
ない可能性もあります。もしかしたら気持ちがきちんと伝わっていないか
もしれませんね。変な勘違いをしないように、お互いが気持ちよく話せる
言葉遣いを考えてみましょう。

これ「やばい」よ。
食べてみて！



え？おいしいの？
まずいの？それと
もからいのかな
あ？



せんせい とつげき 先生たちに突撃インタビュー



テーマ 2023年の目標を教えてください♡Vo.2

せんせい
先生

できるだけたくさんじぶんあかの時間を赤ちゃんとすごす



せんせい
先生

いろいろな温泉おんせんに行く



せんせい
先生

10年ねんぶりに陸上りくじょうの試合しあいに出る

せんせい
先生

がんばる

せんせい
先生

いつもここに元気げんき

せんせい
先生

- みっ
三つの「あ」
- あわてない
 - あせらない
 - あきらめない



せんせい
先生

毎日ストレッチをして健康な体をつくる。



せんせい
先生

げんきたのに楽しくすごす



せんせい
先生

だんしゃり
断捨離をがんばる

せんせい
先生

かぜをひかず、毎日まいにちあか明るく元気げんきにすごす



せんせい
先生

ワンピースのマンガをすべて読み返してクライマックスにそなえる。

せんせい
先生

けんこうだいいち
健康第一
かいがいりょこう
海外旅行に行く

