

# すこやか

～全校のみなさんへ～  
宇智小学校保健室

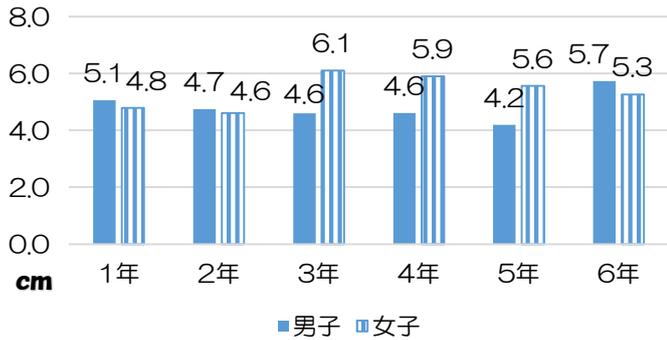


## ☆1年間、心も体も大きく成長しました☆

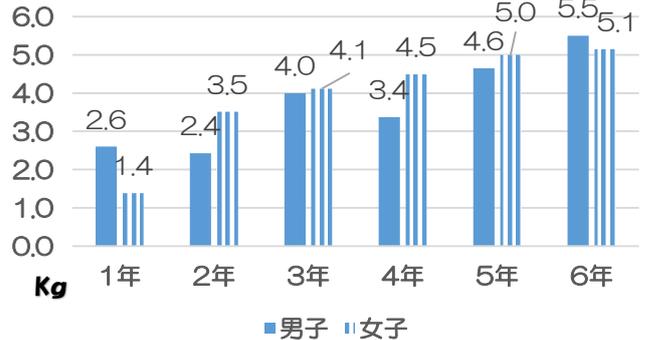


### ○体の成長

#### しんちょう



#### たいじゅう



### ○心の成長



☆ともだちにやさしくする心、☆さいごまでがんばる心、☆じぶんのきもちをつたえる力  
☆まわりのことをかんがえる力 ☆がんばって学校をきれいにしようというきもち など  
心も大きく成長しましたね。この成長を自信にして、つぎにすすんでくださいね。

## ★コロナウイルスに感染(ウイルスが体の中に入ること)に気をつけよう!



### ①てあらい



帰ったとき  
食事の前など  
かならず  
せっけんで  
手をあらおう

### ②うがい



帰ったときは  
かならず、  
うがいを  
しよう

### ③マスク



ひとごみに  
でるときは、  
できるだけ  
マスクを  
しよう

※うらめんの「てあらいとうがいのしかた」をさんこうにしてください。

### ④きそく正しいせいかつで、からだをげんきにしよう



いつもより  
はやくねよう



すききらい  
しないで、  
しっかり  
たべよう



うんどうや、  
おてつだい  
などをして  
からだを  
うごかそう

参考 少年写真新聞写真新聞社セドック

### おうちの方へ

感染拡大防止の措置となり、子ども達も突然の休校で戸惑っていると思います。休校中は、体や心の不調が出ることも考えられます。大変お忙しいと存じますが、子ども達の体調管理をくれぐれもよろしくお願い致します。