



令和7年3月5日
世田谷区立若林小学校

はるかつどうきせつ 春は活動の季節です

季節をあらわす言葉として「啓蟄」があります。寒さがおだやかになってきて、土の中で冬眠していた虫や動物が目覚めて活動を始めることを意味しています。今年の「啓蟄」は3月5日(水)です。みなさんにとて、春は進級、進学など新年度の時期。元気いっぱいに活動できるようにしたいですね。春休みも夜ふかしや朝寝坊をしたり、だらだらと過ごしたりしないで、生活リズムを整えて、新年度に向かって準備をしましょう。

3月のめあて

○1年間の健康を
ふりかえってみよう。

○耳を大切にしよう。

3月3日(月)は耳の日です。
私たちは、耳を使って音を聞き、
自分のまわりの情報を集めたり、
コミュニケーションをとるために、
相手の言葉を聞いたりします。いつも
大事なはたらきをしている耳。
しくみをよく知って、
大切にしたいですね。

春休みをけんこうにすごすコツ①



はやねはや起き

春休みをけんこうにすごすコツ②



あさごはんを食べる

春休みをけんこうにすごすコツ③



うんどうする



※令和6年4月～令和7年2月21日までの記録です。



★年度末にあたって…

本年度も、お子様の心身の健康や、発育・発達のための取組に際して、多くのご協力をいただきましてありがとうございました。

今年度は、発育測定時の保健指導や体育科保健学習等で、子どもたちに、自分の心と体のことについて、話や指導をしました。「健康に過ごすには、どう過ごしたらいいのか。どうしていくとよいのか。」を、これからも子どもたちに伝えていきたいと思います。



お子様の健康のことで気になることがありましたら、お気軽に保健室 養護教諭 野田までお声かけください。