# ほけんだより

令和６年　３月　１日
大田区立清水窪小学校
校　長　　竹花　仁志
養護教諭　松井稚江美

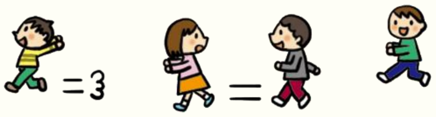
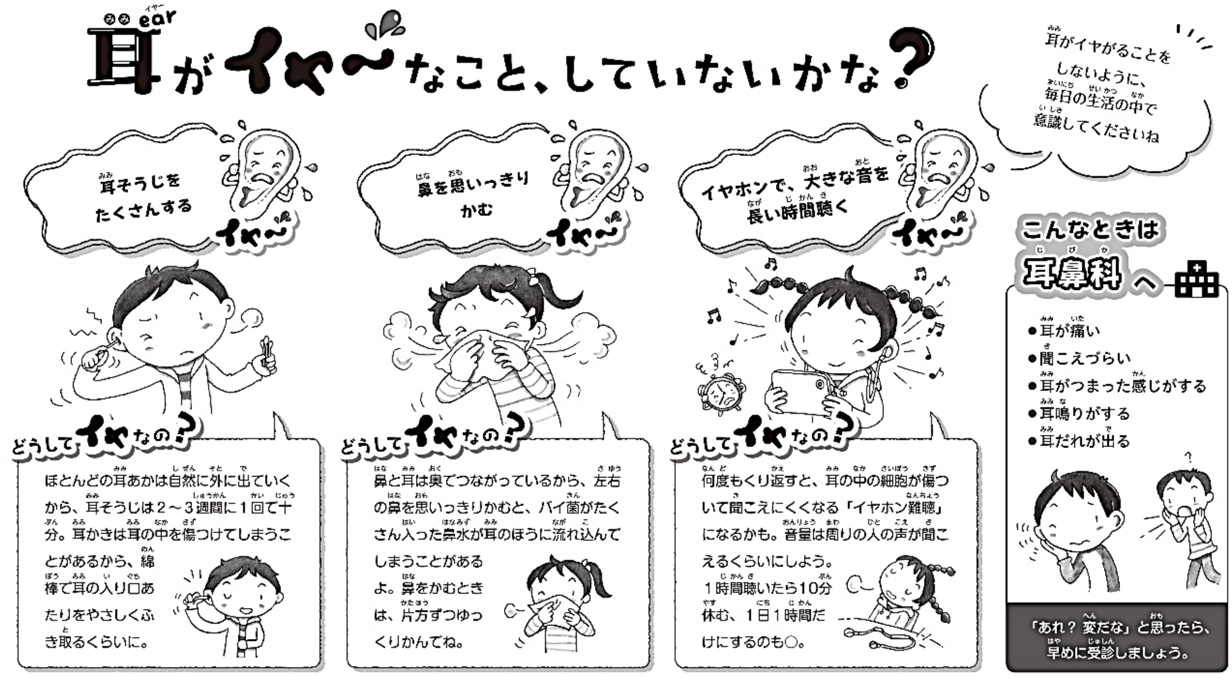

先日は、ご多用の中、学校保健委員会に、ご参加いただき、ありがとうございました。いただいたご意見は、保健室運営に反映させていただきたいと思います。早いもので、今年度も残すところあと約１カ月となりました。喉の痛みや咳での欠席が増えてきています。再度、感染症予防のため手洗いうがい、マスクの着用の徹底をお願いいたします。

## ３月の保健目標　…　自分の体の成長を確かめましょう

### １年間、健康に過ごせましたか？

１年間を振り返ってチェックをしてみてください。チェックのできなかった項目は４月からの目標にしてみましょう。

- ☐早寝早起きができた
- ☐朝ご飯は毎日食べた
- ☐好き嫌いをせずに何でも食べた
- ☐食後は歯みがきをした
- ☐毎朝、うんちをした
- ☐外でたくさん遊んだ
- ☐外から帰ったら手洗い・うがいをした
- ☐友達と仲良く遊ぶことができた



## ☆３月３日は耳の日です☆