



\*おうちの人と一緒に読みましょう\*

2月になり、寒さもきびしくなってきました。寒いとどうしても背中が丸まってしまいがちです。背中に当たるつめたい空気をおしのけるつもりで、意識して背筋をのばして過ごしましょう。

### 2月の保健行事

ひつけ 日付	こうもく 項目	たいしょうしゃ 対象者	もものれんらく 持ち物・連絡
20日(火)	すこやかタイム	6年生	【連絡】 「骨を丈夫にするための方法」 について保健指導を行う予定です。

※すこやかタイムの日程は、各クラスの状況により、変更になることもあります。

## 保護者の方へ

### ●「けんこうのきろく」を配布します

2月初旬に「けんこうのきろく」を配布します。今回の「けんこうのきろく」には、1月に計測した身長・体重の結果が追記してあります。ご家庭でお子様の成長を振り返っていただくとともに、なにか健康面でお困りの点などありましたらいつでも、保健室までご相談ください。配布しました健康カードは、各ご家庭で保管していただくようお願いいたします。

また、以下の欄が空欄となっていますので、ご承知おきください

- ・【全学年】 臨時健康診断の結果 視力検査の欄（本校では秋の視力検査を実施しないため）
- ・【2～6年生】 臨時健康診断の結果 昨年の歯科検診の欄（感染症が流行し中止となったため）  
昨年度までの臨時健康診断の記録  
（「けんこうのきろく」の様式が変更になったため）



2月5日はニコニコの語呂から「笑顔の日」だそうです。笑顔には、体の免疫力がアップしたり、リラックス効果があります。笑顔は、健康のためにとっても大切なものです。おたがいが笑顔になれるような言葉づかいや思いやりの心を意識した生活を送れるといいですね😊