

# ほけんだより

～おうちの方と一緒に読みましょう～

2023.3.6

No.14 (保健連絡袋・調理員さんへ  
の手紙・食指導の様子)

宝達志水町立押水第一小学校 保健室

## はいふ ほけんれんらくぶくろ なかみ 配付した保健連絡袋の中身

1～5年生 わたしの健康

今年度の健康診断が一通り終わりました。おうちの方と一緒に健康診断の結果と1年間の成長を確認しましょう。

わたしの健康



おうちの方は確認されましたら、保護者印・3学期の欄にサインを、お願いいたします。

提出日：3月13日(月)まで

6年生 わたしの健康・視力カード

※6年生は提出不要です。  
おうちで保管しましょう。

成長の花束



6年間の成長がグラフであらわ表してあります。また、リボンの長さは身長伸びと同じになっています。楽しみながら、成長をご覧ください！

健康診断の結果、受診を勧められたが未受診または報告書を提出していない人

健康診断結果のお知らせ(再)

受診を勧められた人は…早めに病院へ行きましょう！！

受診した場合や、お知らせをもらう前に治療済みの場合は

学校に

受診報告書

の提出をお願いいたします ⇒



食育チャレンジシートに取り組んだ人

チャレンジシート・参加賞



# ～ 食育チャレンジシートへのご協力ありがとうございました ～



## 食育チャレンジに取り組んだの感想

- おやつりょうの量りょうを決めるのと料理をテーブルに運ぶのは10日間できたからこれからも頑張りたいです。
- 野菜やさいの入った食事をしようと意識していなかったけれど、これからは意識しようと思います。
- 虫歯むしばにならないように歯みがきや甘いものを食べすぎないように頑張ります。
- 箸はしの持ち方を意識してできたと思います。これからも続けていきたいです。
- 「いただきます」「ごちそうさまでした」を言い、これからも感謝して食べたいです。

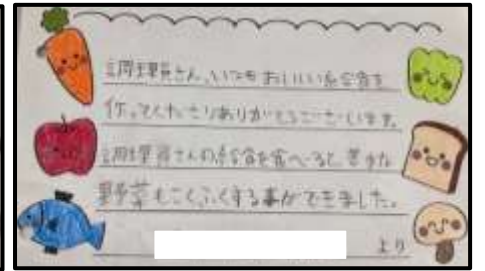
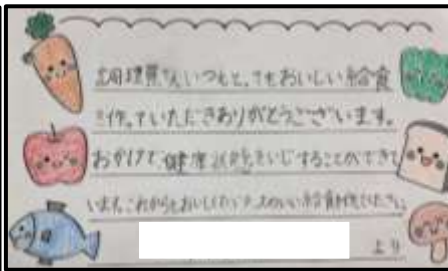
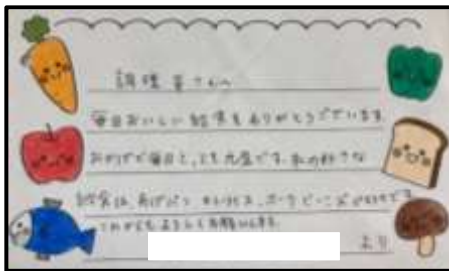
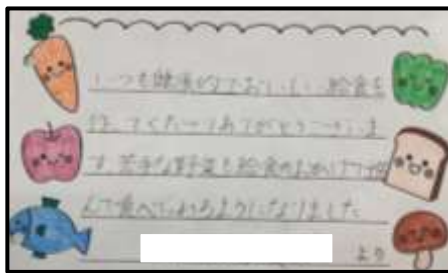


食しょくの大切たいせつさやマナーを学び  
自分で決めた目標もくひょうの達成たっせいに  
向けて頑張りましたね！  
感謝かんしゃの気持ちを持つことも  
できましたね！

## 調理員さんへ日頃の感謝の気持ちを伝えました



### 児童が書いた手紙



## 栄養士の中村先生による食指導の様子



### 覚えているかな！？勉強した内容

- 1年生 すききらいしないでたべよう
- 2年生 野菜は健康の味方
- 3年生 はしづかい名人になろう
- 4年生 おやつおやつの選び方を考えよう
- 5年生 どんな食事しょくじが健康けんこうに良いのかな
- 6年生 生活習慣病せいかつしゅうかんびょうにならないためには、  
どんな食生活しょくせいかつをしたらよいのだろう