

あっという間に3月になりました。新学期に向けて、この1年の振り返りをしましょう!

点 **なんでもよく食べ
ましたか?**

- 1点 好ききらいがたくさんある
- 2点 少しきらいなものがあ
- 3点 何でもよく食べた



けんこうせいかつ 健康生活

せいせきひょう 成績表

えら てん か
選んだ点を○の中に書きましょう。

ごうけい てん
合計で 30点あれば、あなたは

けんこうてき なんてん
健康的です。さあ何点とれるかな?

合計 点

点 **あさごはんは食べ
ましたか?**

- 1点 いつも食べない
- 2点 ときどき食べなかった
- 3点 いつも食べた



点 **まいにち はいべん
毎日の排便(うん
ち)は?**

- 1点 いつもカチコロうんち
- 2点 ときどきバナナうんち
- 3点 毎日うんちを出した



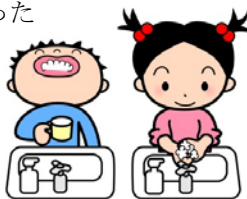
点 **あさ めざ
朝の目覚めは?**

- 1点 起きるのがつらい、起こされた
- 2点 ときどき起きるのがつ
- 3点 いつも気分よくすっきり



点 **がいしゅつご てあら
外出後の手洗い、うがい
は?**

- 1点 いつもできなかった
- 2点 ときどき忘れた
- 3点 必ずやった



点 **ハンカチ・ティッシュは?**

- 1点 忘れることが多かった
- 2点 かばんの中には入った
- 3点 いつもきちんと持ち歩けた



点 **テレビ・ゲーム・パソコン
は?**

- 1点 3時間くらいダラダラ続けた
- 2点 1時間くらいは続けた
- 3点 30分ごとに目を休めた



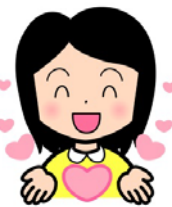
点 **毎日、はみが
歯磨きができた?**

- 1点 いつもできなかった
- 2点 ときどき忘れた
- 3点 必ずみがけた



点 **人との関わりは?**

- 1点 つらいことが多かった
- 2点 ときどき悩むことがあ
- 3点 いつも気持ちよく関わ



点 **つめの
爪は伸びていなかった?**

- 1点 いつも伸びていた
- 2点 ときどき切り忘れた
- 3点 いつもきれいに切っていた



春休みは新学期の準備期間



むし歯などの治療を
済ませましょう



新学期の準備は
OK?



元気に遊んで
体力をつけよう

ほけんしつ か いえ
保健室から借りたものが家や
きょうしつ のこ
教室に残っていませんか?

ほけんしつ たいそうふく せいふく
保健室の体操服や制服、アイ
スノンなど返ってきていないもの
があります。このままでは、貸し
出すものがなくなってしまうので
はないかと心配になります。借り
たものは、きちんと返しましょう。