



にこにこ 12月



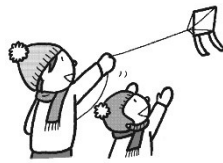
* 冬休み 特別号 *



令和4年12月22日(木)
三次市立作木小学校 保健室

もう少しで待ちに待った冬休みがやってきますね。2学期はたくさんの学校行事がありました。どんな2学期でしたか？また、今年1年はどんな1年でしたか？冬休みの間に、一度ゆっくりふりかえてみましょう。

そして、まだ新型コロナウイルス感染症の心配は続きます。手洗いや換気、咳エチケットなどの対策、規則正しい食生活、そして思いやりの心を大切にして、みんなで乗り越えていきたいですね。3学期の始業式に元気いっぱいみなさんに会えるのを楽しみにしています。



たの 楽しい冬休みにするために♪



服装には気をつけて
下着を着て、重ね着をするとあたたかいよ。



ゆっくりお風呂に入ろう
湯船にゆっくりつかって体の芯まで温めよう。



休みでも3食たべよう
寝ぼうせずに朝ごはんを毎日食べよう。



すいみんをたっぷりとりよう
ゲームやスマホは時間を守って、はやく寝よう。



みんな元気で、3学期に会いましょう
始業式にみんなに会えるのを楽しみにしています。



保護者の方へ～検温のお願い

毎朝のご家庭での検温・健康観察をありがとうございます。冬休みも続けて、毎朝体温を測っていただき、健康観察をよろしくお願いいたします。

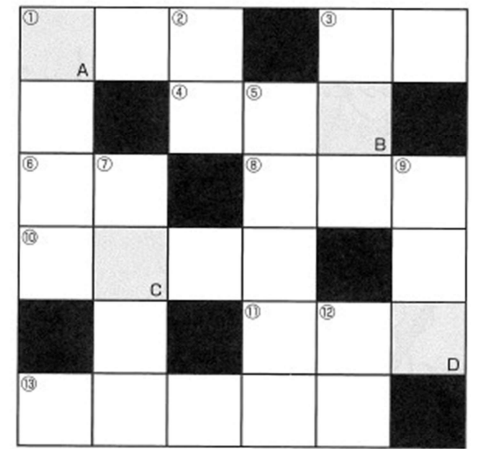
食べたなら黄色くなった?!

冬においしいミカンは、ビタミンCがなぜ予防に効果があり、積極的にとりたい果物ですね。ところが、たくさん食べると、手や鼻の皮膚が黄色っぽくなる場合があります。これは「柑皮症」というカロテンのとりすぎによる症状で、とくに治療は必要なく、摂取量を減らせば自然に治ります。ただ、皮膚の色の変化は何らかの病気のサインである可能性も。不安がある場合は、念のため医師の診察を受けましょう。

●カギを読んでパズルをとくとき、A～Dに入る文字を見つけて正しい順番に並びかえてください。

【ヒント】手を洗うときは、〇〇〇〇をよく泡立てて洗いましょう。

(タテのカギ)
① ツメを切る道具。
② とても長い年月。千年。〇〇に八千代。
③ 思っていることや考えていること。みなさんの〇〇〇〇をいってください。
④ 屋外や野外を英語でいうと。〇〇〇〇〇スポーツ。
⑤ あやしい人。ひくせありそうなど。
⑥ つらいことなどを耐えたり、こらえたりすること。あなたはとてせ〇〇〇〇かな。
⑦ おやつなどで食べるもの。甘いものが多し。



(ヨコのカギ)

- ① お知らせすること。告げること。〇〇〇表。
- ② 地面を深く掘って、地下水をためたり、くみ上げるもの。
- ③ 夜が明けるころ。
- ④ おもに秋に咲く花。黄色や白が多い。この花を服のようにかざる〇〇人形がある。
- ⑤ ものを運んだり、舟を通したりするために作った人工的な水路。
- ⑥ もとの状態や、あらためてやり直すことを英語でいうと。コンピューターの〇〇〇〇ボタンを押す。
- ⑦ 粘土を焼いて作った管。下水管や煙突などで使う。
- ⑧ きづかれないように、足音を立てずにそっと歩くこと。



つ	う	ち	い	ど
め	よ	あ	け	が
き	く	う	ん	が
り	せ	つ	と	ま
も	ど	か	ん	
し	の	び	あ	し

こたえ A～Dを並びかえた言葉「せっけん(せっけん)」

1月10日(火)に持ってくるもの

- ・連絡帳(健康観察表に1/10の健康観察結果を記入してくる。)
- ・せいかつリズムカード
- ・けんこうのきろく(確認の上、保護者印をお願いします。)
- ・給食エプロン(2学期最後に当番だった人)
- ・そうきん



よいふゆやすみを♪