



平成26年12月22日  
尼崎市立武庫小学校  
保健室

## ふゆやす げんき 冬休みも元気にすごそう！



いよいよみなさんが楽しみにしている冬休みです。クリスマスやおおみそか、お正月など、行事がたくさんありますね。元気に楽しくすごすために、「はやね・はやおき」を守りましょう。

また、インフルエンザがはやっています。石けんをつけて30秒手洗いをすると、ウイルスはほとんどいなくなるそうです。しっかり手を洗って、かぜやインフルエンザを予防しましょう。

\*\*\*\*\*

おうちの方へ

# 学校保健委員会のお知らせ

お子さまの健やかな成長についてともに考える機会として、「学校保健委員会」を開催いたします。

今年度は、株式会社ワコールの講師の方より、女の子のからだの変化や成長に合わせた下着の選び方についてお話していただく「ツボミスクール」を開催します。

専門的なお話がきけるこの機会に、たくさん参加していただければと思います。ご多忙とは存じますが、ぜひご予定ください。よろしくお願いたします。



日時：①小学生コース（4・5・6年女子児童対象）

平成27年2月12日（木）14：45～15：15

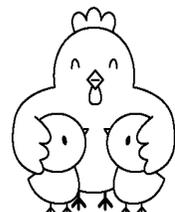
②保護者コース（全保護者対象）

平成27年2月19日（木）11：00～12：00

場所：本校 中校舎3階 視聴覚室

講師：株式会社ワコール ツボミスター 弓戸 貴子 氏

申込み：申込み票をつけた案内を1月のはじめに配布します。



# 冬休みあけの行事予定

しんたいそくてい しんちょう たいじゅう  
**身体測定（身長・体重）**

1 / 8（木）5年・6年

9（金）4年

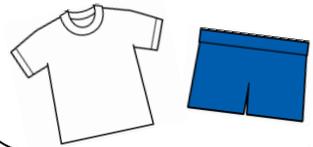
13（火）3年

14（水）2年

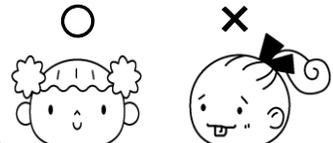
のぞみ・ひまわり

15（木）1年

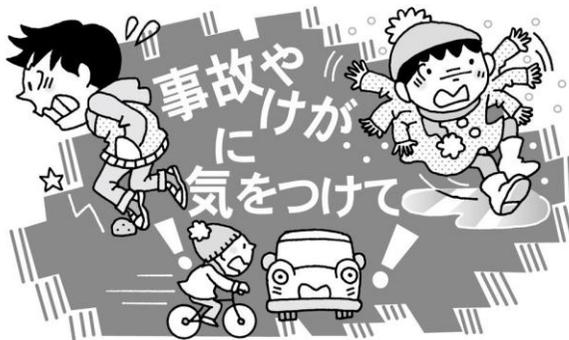
たいそうぶくを  
 もってきましょう。



かみのけはよこに  
 くりましょう。



ふゆ やす  
**冬休み**



じこ  
 事故・けがに  
 きをつけて過ごそう!!

● 暗くなる前に、  
 帰りましょう  
 夕方は、交通事  
 故が多いので、気  
 をつけましょう。



● 歩くときは、ポケット  
 から手を出して  
 転びそうになっ  
 たとき、体を守る  
 ために大切です。



● 道路の雪や氷に気を  
 つけましょう  
 ふざけていると、  
 大けがにつながり  
 ます。



みなさん、冬休みの計画はもう立てたかな？

うらに、元気カレンダーをのせています。毎日

はみがき3回にチャレンジしてみてください。

かぜの予防・安全に気をつけて、元気に

たのしく過ごしてくださいね。



では、よいお年を... ☆