

# ほひんたより 5月

令和5年5月15日 東成井小学校

5月は暦の上では夏の始まりです。新学期が始まって1か月。天気も日によって暑かったり寒かったりと体調をくずしやすい時期でもあります。「はやね・はやおき・あさごはん」を合い言葉に元気に過ごしましょう。



保健安全目標  
 ○健康生活のめあてをもとう  
 ○車に気をつけて通学しよう



チャレンジ!

## 宝さがし

3つのクイズを解いて、宝箱のカギ(暗号)を手に入れよう!

**クイズ01** ○に入る言葉は?

しょうげきは ひる○すみ コイン  
 は○のひ みけ○こ

**クイズ02** 4つの絵の最初の言葉をつなげると?

① ② ③ ④

**クイズ03** 言葉を拾いながら、ゴールにたどり着こう!

スタート

まご さ ち よ  
 き あ は ん し

ゴール

カギ(暗号)を入力しよう!

クイズ01 \_\_\_\_\_  
 クイズ02 \_\_\_\_\_  
 クイズ03 \_\_\_\_\_

宝箱の中から出てきたのは...

### 元気なからだ!

答えは  
 はやね・はやおき・あさごはん。  
 いい生活リズムを作って、  
 元気に過ごしましょう!

## ないないは 体とこころのピンチ!?

やる気が出ない  
 何をしても楽しくない  
 ごはんがおいしくない  
 ウンチが出ない

体や心のSOSサイン  
 かもしれません。

### やってみよう

- 生活リズムを整える
- 体を動かす
- 好きなことをする
- 信頼できる人に相談する