



ほほえみ

福井市鵜小学校
令和7年12月号



今年もあと1ヶ月となりました。今年^{ことし}はどんな1年^{ねん}でしたか？年^{とし}の初^{はじ}めに立^たてた目^め標^{ひょう}は覚^{もく}えていま^{いま}すか？気^き持^もちよく2025年^{ねん}を迎^{むか}えられるよう、身^みの回^{まわ}りの大^{おお}掃^{はき}除^{じゆ}はもちろ^{もちろ}ん、や^やらな^なく^くてはい^いけ^けないこ^ことや先^{さき}延^のばしに^にして^{して}いたこ^ことを^を終^おわ^わら^らせ^せて、心^{こころ}も^も体^{からだ}も^もす^すき^きり^りと^と新^{しん}年^{ねん}を迎^{むか}えられるよう^{よう}に^にし^しま^まし^しょう。

もうすぐ冬^{ふゆ}休^{やす}み^みです^すね。長^{なが}いお休^{やす}み^みは生^{せい}活^{かつ}リズ^{リズム}ムが^が崩^{くず}れ^れや^やす^すい^いです。特^{とく}に年^{とし}末^{まつ}年^{ねん}始^しは^は楽^{たの}しいこ^ことが^がた^たく^くさん^{さん}で、夜^よ更^あかし^した^たく^くな^なっ^って^てし^しま^まう^う人^{ひと}も^も多^{おほ}い^いの^ので^では^はな^ない^いで^でし^しょう^うか。冬^{ふゆ}休^{やす}み^み中^{ちゆう}も^も早^{はや}寝^ね・早^{はや}起^{おき}・朝^{あさ}ご^ごは^はんを^を心^{こころ}が^がけ^けて、生^{せい}活^{かつ}リズ^{リズム}ムを^を整^{ととの}え^えて^てく^くだ^ださ^さい^いね。

そ^そして、引^ひき^つづ^づき感^{かん}染^{せん}症^{しょう}対^{たい}策^{さく}が^が必^{ひつ}要^{よう}です。規^き則^{そく}正^{ただ}しい生^{せい}活^{かつ}リズ^{リズム}ムに^に加^{くわ}え^えて、石^{せっ}け^{けん}んを^を使^{つか}っ^った^たて^てい^いね^いい^いな^な手^て洗^{せん}い^いと咳^{せき}エ^エチ^チケ^ケットを^を心^{こころ}が^がけ^けま^まし^しょう。

寒^{さむ}さ^さに^に負^まけ^けず、元^{げん}気^きに^に過^すご^ごし^して^てく^くだ^ださ^さい^いね。休^{やす}み^みあ^あけ^け、み^みな^なさん^{さん}に^に会^あえ^える^るこ^ことを^を楽^{たの}し^しみ^みに^にして^{して}いま^{いま}す。



けんこうたいいくいいんかい
健康体育委員会

オリジナルデザイン ✨

かぜ^{よぼう}予^{てあら}防^{きょうかよう}のため、手^て洗^{せん}い^い強^{きやう}化^か用^{よう}に

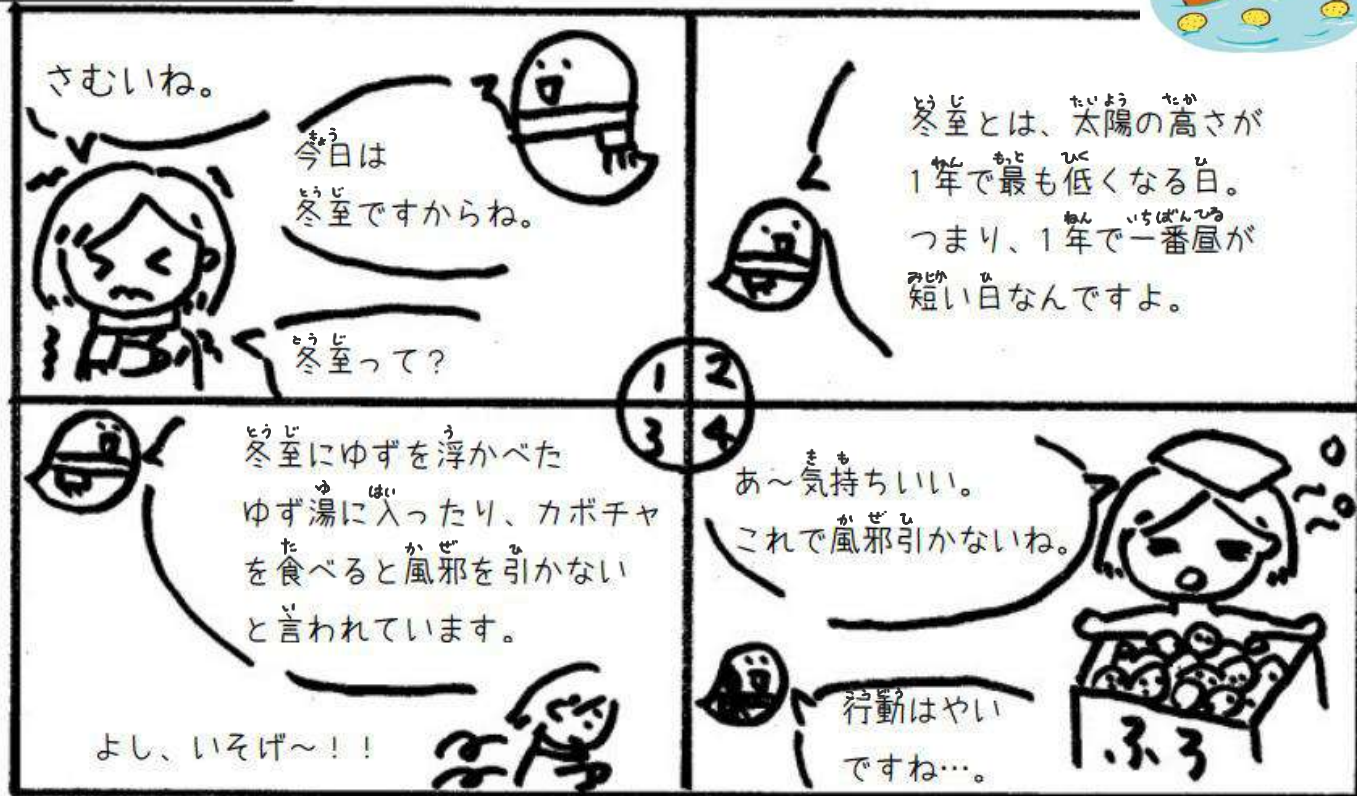
石^{せっ}け^{けん}んボ^ぼトルを^を変^{へん}身^{しん}さ^させ^せて^てみ^みま^まし^した^た！

み^{きん}ん^まな^まで、ば^ばい^い菌^{きん}に^に負^まけ^けな^ない

て^てい^いね^いい^いな^な手^て洗^{せん}い^い習^{しゅう}慣^{かん}を^を身^みに^につ^つけ^けま^まし^しょう



冬至（とうじ）



冬至は、北半球で太陽の高さが最も低くなる日。ゆず湯の他に、「ん」がつく食べ物を食べると運氣が上がるといわれています。かぼちゃ＝南瓜（なんきん）。「ん」がつく食べ物、たくさん探してみてね。

冬休みにむけて

夜更かしは、よくありません。ゆっくりやすみましょう。
好きなものばかりではなく、バランスの良い食事を。
クリスマス、お正月と楽しいことがたくさんありますね。
家族みんなで過ごせる豊かな時間となりますように……。



お正月休みは、家族と過ごす楽しい時間です。体を冷やさないように、できる限り外遊びも楽しんでください。年末年始は休診の病院が多いため、かかりつけ医の診療時間や、近隣の救急病院を事前に確認しておくとうれしいことに安心です。視力や虫歯など、検診で気になることがあった場合は、冬休みを利用して早めに受診しておくことをおすすめします。

教育相談のお知らせ

◎12月の来校予定

12月 5日（金） 9:20～12:20、13:30～16:30

午後は、事前に希望された時間に合わせて来校します

12月19日（金） 9:20～12:20

※担任または教育相談担当（森下）までご連絡ください。

