



ほほえみ

福井市鶴小学校
令和7年12月号

今年もあと1ヶ月となりました。今年はどんな1年でしたか？年の初めに立てた目標は覚えていますか？気持ちよく2025年を迎えるよう、身の回りの大掃除はもちろん、やらなくてはいけないことや先延ばしにしていたことを終わらせて、心も体もすっきりと新年を迎えるようにしましょう。

もうすぐ冬休みですね。長いお休みは生活リズムが崩れやすいです。特に年末年始は楽しいことがたくさんで、夜更かししたくなってしまう人も多いのではないでしょうか。冬休み中も早寝・早起き・朝ごはんを心がけて、生活リズムを整えてくださいね。

そして、引き続き感染症対策が必要です。規則正しい生活リズムに加えて、石けんを使った丁寧な手洗いと咳エチケットを心がけましょう。

塞さに負けず、元気に過ごしてくださいね。休み明け、みなさんに会えることを楽しみにしています。



健康体育委員会

オリジナルデザイン

よぼう てあら きょうかよう
かぜ予防のため、手洗い強化用に

せつ へんしん
石けんボトルを変身させてみました！

みんなで、ばい菌に負けない

てあら しゅうかん み
ていねいな手洗い習慣を身につけましょう



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uzu湯の他に、「ん」がつく食べ物を食べると運気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。

ふゆやす 冬休みにむけて

夜心かしは、よくありません。ゆっくりやすみましょう。
す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……。



おうちの方へ



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万が一の時に安心です。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。

