



2021年1月7日 大阪市立弘済中学校 ほけんしつ

すすめ!

## 元気っ子へのみち

スタート

A  
シャキーン!  
はやねはや起き

D  
残さず食べるよ!  
もぐもぐごはん

F  
あっはっは!  
笑ってストレス解きたい

C  
毎朝もりもり!  
バナナうんち

G  
ふう～～!  
ゆったりおふろいい気持ち

B  
体ほかほか!  
外あそび

E  
あわあわゴシゴシ  
ていねい手洗い

ゴール

スタート→A→C→B→E→D→F→G



あけましておめでとうございます！2021年もどうぞよろしくお願ひします。  
今年の干支は丑(牛)です。牛は、干支の動物のなかで一番ゆっくりうごきます。そんなことから、丑年は、先をいそがず、一歩ずつきちんと物事をすすめるとよいそうです。勉強と同じで、健康ながらだにも、毎日の積み重ねが大切です。毎日の習慣から、元気な身体づくりをしていきましょう！

# 2021



かんせんしょう  
感染症に  
負けない

からだをきたえて  
元気に過ごそう！

き そくただしい生活

た いりょくをつける

え いようをとる

て あらいをする



かんしゃ  
感謝のきもちをもちましょう

ついた餅より心持ち  
ということわざを  
知っていますか？

むかし  
昔ながらの杵と臼でついたお餅をもらうのはうれしい、それよりもうれしいのはお餅をあげようという気づかいだ、という意味です。

だれ  
誰かが自分のために何かをしてくれた、自分のことを気にかけてくれたと  
想像をふくらませると、よろこびが大きくなるはずです。



かんしゃ  
感謝のきもちをもって1年過ごせるといいですね。

「もちろん、いつも持っているよ」という人も「モチベーションは高いんだけど…」という人も。