

12月

# ほけんだより

令和5年12月22日  
伊勢崎特別支援学校  
ほけんしつ

今学期も大変お世話になりました。さて、群馬県でも11月28日よりインフルエンザ警報が発令されています。インフルエンザ以外でも、溶連菌や風邪などもちらほら見られるようになりました。イベントの多い冬休みですので、ぜひ感染対策をして、良いお年をお過ごしください。

## ふゆやすみは心も体も のんびり・ほっこり

### ～じぶんにごほうび～

#### ごほうび1

お風呂にゆっくり入って  
リラックス♪ゆずの皮や好みの  
入浴剤を入れて楽しんでね。

#### ごほうび2

かぞくとゆっくりお話ししたり、触れあいの時間をもってみよう。心も体もほぐれるよ☆

好きなことを  
みつけたら  
好きな所について  
みたりしてね

#### ごほうび3

「はやね・はやおき・あさごはん」でパワーチャージ！  
げんきに1日すごせるよ♪

#### ごほうび4

マッサージをしてもらったり体を動かしたり。心も体も幸せホルモンたっぷりのごほうび時間♪

## おしらせ

「あいうべ体操の動画」を伊勢特ホームページに公開しました。保護者のみが閲覧できるようになっています。中学部はブログのIDとパスワードを使用し入室してください。小学部は別紙にて、IDとパスワード発行のお知らせを配布しましたのでご覧ください♪

また、別紙の「学校保健委員会だより」もあわせてみていただく取り組みや様子を見ていただけます。ご家族で冬休みにやってみても盛り上がりと思います♪

# うわばきの寄付をお願いします



うわばきを忘れてしまった子どもたちが、安心して学校の中を歩けるように、ほけんしつではうわばきの貸し出しを行っています。現在、いくつかのサイズのうわばきが少なくなってきていますので、もしお子様のはいているうわばきでサイズアウトしてしまったものがありましたら、ほけんしつに寄付をしていただくと助かります。以下のサイズの上履きの寄付を募集しています。

20.5cm

21.0cm

22.0cm

27.0cm以上



# ふわふわことば で しりとり めいろ

いわれるとうれしい「ふわふわことば」で しりとりをしながら、プレゼントをあつめて ゴールのえんとつに とどけよう！

