

ほけんちより 3月

生比奈小学校 NO.11 2024年3月14日

今年度は、新型コロナウイルス感染症のルールが変わり、いろいろな所へ出かける機会も増えましたね。学校ではコロナやインフルにかかる人が少し増えた時期もありましたが、学校がお休みになるようなことはありませんでした。それは、みなさんが、「石けんでの正しい手洗い」や「早ね・早起き・朝ごはん」のきそく正しい生活を続けて元気に過ごすことができたからだだと思います。

3月は寒暖差が大きく急に寒くなることもあるので、服の調節もしながら、かぜなどをひかないように気をつけて過ごしましょう。

正しい手洗いを続けましょう!

さわった後は石けんを手を洗い、ウイルスを落としましょう

ドアノブ 手すり トイレの水洗レバー 蛇口

つり革 便座 タッチパネル

さわった後は石けんを手を洗い、ウイルスを落としましょう

さわった後は石けんを手を洗い、ウイルスを落としましょう

花粉症の季節がやってきました

花粉を入れない! つけない! 落とす!



ぼうし・マスク・めがねで入れない!



つるつるした素材の服でつけない!



はらって落とす!



洗って落とす!



手洗いうがいで落とす!



天気予報で花粉量チェック!



卒業おめでとう!

6年生のみなさん ご卒業おめでとうございます

3年生から使う保健の教科書に、「健康」について書かれています。

【「けんこう」とは、心や体の調子がよいことをいいます。けんこうには、毎日の生活のしかたや、かきょうが深くかかわっています。こころと体がけんこうであれば、明るく人とせつすることができて、じゅう実した生活を送ることができます。けんこうは、何よりも大切なものです。】

何かを楽しんだり、チャレンジしたりするためには、まずは、心も体も健康であることが大切です。逆に言えば、心も体も健康であれば、何にでもチャレンジできるということだとも思います。毎日の生活の仕方を少しずつでも意識して気をつけ、心身共に元気に中学校生活が送れますように! 保健室からお応援しています。

ありがとうは魔法のことば



友だちにやさしくしてもらったら、「ありがとう」の魔法をかけましょう。魔法にかかった人も、あなたも、きっと幸せな気持ちになれます。

3月9日はサンキューの日

ありがとうカード

友だちや先生、家族に1年間の「ありがとう」の気持ちを書いて渡してみてね。



- 一緒に遊んでくれて「ありがとう」
- いつもごはんを作ってくれて「ありがとう」

ありがとうカード

_____ さん

_____ より

新年度も「ありがとう」があふれる1年に。