



げんきな子

令和3年3月
浜岡東小学校保健室



今年度ももう少しで終わります。毎日元気に過ごすことができたでしょうか。今年度は、新型コロナウイルス感染症の流行により、世界が大きく変わった一年でした。そんな中でも、東小の皆さんの手洗いの仕方が上手になったり、自分の健康に興味をもってくれたり、どんな時でも前向きに頑張るみなさんの姿が見られたり・・・嬉しいことがたくさんありました。

健康な心と体でいると、どんなことも頑張ろう！というパワーがでてきます。新しい学年、新しい学校でも規則正しい生活をして、元気に過ごしてくださいね。



たくさんの「ありがとう」を
周りにも、自分にも。

言葉には力がある

「うざい」「きもい」「バカ」「きえろ」「むかつく」……。これらは心にグサリとささるトゲトゲした言葉で、人から言われたら悲しくなったり、深く傷ついたりします。反対に、「ありがとう」「大丈夫？」「がんばったね」「上手だね」などは、言われると心がほんわかと温かくなりますね。このように言葉には大きな力があり、たった一言でも人をイヤな気分させたり、逆にとても幸せな気持ちにさせたりします。だからこそ、その使い方には気をつけたいものです。普段から自分が言われたらうれしい言葉をたくさん使うようにしたいですね。

Message for me for you

今年度を振り返り、自分に、誰かに、メッセージを贈ろう

ほめてあげたい、
ぼくの・あたしの
こんなところ

ほめてあげたい、
の
こんなところ

に
ごめんなさいを
つたえたい...

に
ありがとうを
つたえたい...



保護者の皆様へ

今年度も学校保健活動に御協力いただき、ありがとうございました。御家庭での健康管理、保護者の皆様からのたくさんの励ましがあって、子どもたちは学校で元気に過ごすことができました。子どもたちが、将来自分の健康を自分で守っていく力を身につけていけるよう、今後も保健室からお手伝いできれば幸いです。