

げんき！太田郷っこ



おたごうしょう
太田郷小
ほけんだより
No. 18
H29. 2. 17
文責：杉本

2月の保健目標 **姿勢を正しくしよう。**

インフルエンザのピークは過ぎましたが、なかなかおさまりません。毎日のインフルエンザでの出席停止児童数は、学校のHPにのせています。手洗いうがいをまだまだがんばろう。

さわやかな断り方を考えよう ～アサーショントレーニング～

友達に何かを言われたとき、自分を表現する方法をドラえもんの登場人物にたとえて3つのパターンで表すことができます。1

月の身体計測で、自分の欲求、考え、気持ちなどを、相手の気持ちや状況に合わせて表現する方法を、5年生と考えました。

行きたくないのに公園で遊ぼうと言われたら？～どの言い方がいいかな？～

あ～あ行くよ
(行きたくないけど)

行かんし
だれが行くか

みんなで遊ぶの楽しそう
ね。今日は用事があるから、今度またさそってね。

<p>のびたさん型</p> <p>自分のことを後回しにするタイプ</p> <p>「非攻撃型」「おどおどさん」「はっきりしない言い方」</p>	<p>ジャイアン型</p> <p>自分のことを優先するタイプ</p> <p>「攻撃型」「いばりやさん」「きつい言い方」</p>	<p>しずかさん型</p> <p>自分のことも考えるが、友達のことでも考えるタイプ</p> <p>「さわやかさん」「アサーティブ」「さわやかな言い方」</p>
---	--	--

*自分の気持ちも大切にしながら、相手のことも考えて表現すると、誰も傷つくことなく過ごすことができます。

しずかさん型の表現ができるように練習してみよう。

みんなを大切にするためにも

① 自分と周りの人の心を傷つけない

人を傷つけるようなことを、しません・言いません

② 周りの人へ感謝の気持ちを持ちましょう。

感謝の気持ちを言葉や行動に表してみよう

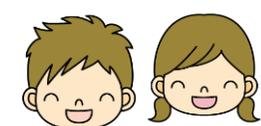
今月のまほうの言葉 「あんなにしてやったのに「のに」がつくとぐちがでる」(相田みつを)

ふわふわ言葉をたくさん使おう

友達に言われてうれしい言葉はありませんか？

心が温かくなる言葉をたくさん使うようにしましょう。

- がんばってるね
- すてきだね
- ありがとう
- きにしなくてもいいよ
- いっしょにあそぼう
- おうえんしてるよ
- いっしょにいてくれてよかった。
- いっしょにがんばろう
- すごいね
- だいじょうぶ
- そのちょうし



ある日のできごと

16日は新入生1日体験入学でした。来年度の1年生111名が太田郷小学校に来てくれました。1年生の歓迎の発表に、目をキラキラさせて食い入るように見ていた新1年生。1年前は、体育館に今の1年生が座っていて、今の2年生の発表をじっと見ていたのに、前に立って歌って踊る姿をみて、1年経つとこんなに成長するんだとうれしく思いました。「1年生の準備やお世話したかったな」と言ってくれた5年生、来年度頼もしいです。慣れた手つきで、準備を積極的に手伝ってくれた6年生ありがとうございました。