

「自分のため、人のために考動する笑顔いっぱいさしきつ子」



令和6年3月  
佐敷小学校  
保健室 岩田

『1月は往く、2月は逃げる、3月は去る』とよくいわれるように、あっという間に3月になりましたね。3月は1年間のまとめの月です。身長や体重が成長するとともに、たくさんの経験をして心も成長したのではないかと思います。自分をふりかえりながら、残りわずかの3学期を笑顔で過ごしましょう。

3月9日はサンキューの日!

ありがとうをたく  
さん伝えよう!

人の気持ちを明るくする言葉は、脳をよく発達させます。

会話の最後に“ありがとう”を  
付け加えてみよう

“ごめんね”よりも  
“ありがとう”がふえるといいな

たすけてくれて  
ありがとう



ろう下  
おちていたよ!



ありがとう!  
たすかったよ!

1年間お世話になった人たちに、感謝の気持ちをこめて“ありがとう”と伝えてみましょう。相手も、自分もきっと幸せな気持ちになれるはずです!

進級や卒業をひかえて、心と体が不安定になってくるかもしれません・・・



4月になると学年が上がり、新しい環境になります。もしかしたら不安やドキドキを感じる人がいるかもしれません。そんなとき、心や体が不安定になりやすいです。自分を大切に作る時間を作ってあげましょう。

1日に数分でも  
好きなことをする

いつでも笑顔で  
とにかく笑う

ぬるめのお風呂に  
ゆっくりつかる

生活のリズムを  
みださない

ストレス  
解消!!



2月の  
の1枚!



「毎日さわやかになる大作戦」実施中!

保健委員会では、3/8(金)まで、ハンカチ・ティッシュ・名札を持ってきているか、抜き打ちチェックをおこなっています。保健委員がろう下を通ると、「ぎゃー!」と焦る声が聞こえてきます。