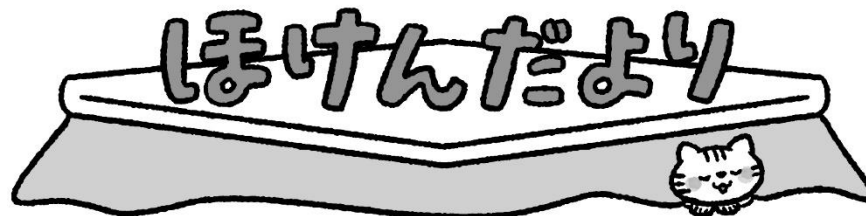


じどう
★児童のみなさんへ★

おうちの人と一緒に読みましょう😊



令和6年
2月13日
宮地小学校
保健室
文責：鳥江

2月の ほけんもくひょう「いのち こころ からだ たいせつ 命・心・体を大切にしよう」

見方を変えると…?

いい加減? → おおらか!
気が弱い? → 相手を大切に!
騒がしい? → 元気がいい!
怒りっぽい? → 情熱的!
せっかち? → 積極的!
冷たい? → 落ちつきがある!

こんなふうに、ある物事を異なる『枠組み』で見るとリフレーミングといえます。あなたが自分で「気になる」「直したい」ところも、他の人からは違って見えていられるかもしれませんよ。



は ぐち

歯とロキラキラコーナー

かみあわせ

☆どうして「歯並びは良い方が良い」と言われるのですか? (学校歯科医へのインタビューより)
「よく物が噛めるように、力が入るようにです。悪いと疲れやすくなり、ハミガキもしづらいので、トラブルの元になります。」とのこと。前歯のかみ合わせは将来の奥歯にも影響するそうです。

(たすけあって) + (ひきうけて) - (いたわって) ÷

おもいやり算で やさしい生活を

(声をかけあって) ×

※保護者の皆様へ

●2月は、性に関する指導月間として、一年間のまとめを行います。命・心・体についてぜひ、ご家庭でも、お子様の成長に合わせて、お話をして頂ければと思います。優しく温かな絵本もたくさんあり、活用されることをお勧めします。多目的ホールでも少し、紹介コーナーを設け、児童が命の大切さを考える機会を多く持てればと思います。



相談するのは 恥ずかしいことじゃないよ!



※悩んでいること、何か心配なことがある人、いませんか?
保健室でもよかったら、声をかけてくださいね。



適度なストレスは、人生のスパイスになる。



ちょっとがんばれば乗り越えられる目標は、やる気アップと自分の成長につながるよ。