

ほけんだより3月



藤井寺西小学校 保健室
2023. 3. 1

3月は、学年のしめくくりの月です。この一年はどんな一年でしたか？泣いたり、笑ったり、怒ったり。そんな一年も残りわずかです。たくさんの経験をしたみなさんは、今の学年になったばかりの4月より、ここからだもぐんと成長しているはず。一年の区切りに、「この一年間よくがんばったね。」と自分自身をほめてあげてください。そして、気持ちを新たに、次の学年を迎える心の準備をしましょう！



がっこのか サンキュー ひ 3月9日は Thank you の日

がっこのか
3月9日は「さん」と「きゅう」で
「サンキュー」=「ありがとう」の日です。



「照れてしまうよ。」とか、「いちいち言わなくても伝わるでしょ。」とか・・・
そんな理由から、言えないという人も多いかもしれませんね。また、家族の中では何かをしてもらっても、当たり前のように思っているかもしれません。

サンキューの日はいつもより少し意識して友達や家族、学校・習い事の先生など、みなさんの周りにいる大切な人たちに「ありがとう」を言ってみませんか？

言葉にすると笑顔も増えることに気がつくかもしれません。

～「ありがとう」を習慣に～



こころ

が

あたたかくなるのは
どっち？

A

消しゴム
落ちてたよ

ああ...

B

消しゴム
落ちてたよ

ありがとう

今日は何の日？クイズ★

3/9 は感謝の日。
「ありがとう」を表す言葉は？

- ① Terima kasih !
タック
- ② Tak !
グラスアス
- ③ Gracias !



①は「タック」、②は「グラスアス」、③は「タック」

3月3日は



どうして「耳の日」になったのでしょうか。
 ・3（三）と3（三）で「ミミ（耳）の日」だから
 ・3が人間の耳の形に似ているから。

★耳には2つの役割があります。



耳を大切にするためには・・・

① 耳元で大きな声をださない



② 耳の近くを叩いたりしない



③ 大きな音で音楽を聴き続けない



④ 耳掃除は月に1～2度くらい



勇気を出して、伝えて、みよう

「耳が聞こえない」人は、見た目ではわかりません。でも、電車やお店の中で急な事故や災害があったとき、アナウンスが聞こえず、不安を感じているかもしれません。もし、困っている人を見かけたら、こんなことに注意しながら手助けしてあげましょう。



- ・ 身振りや指差しを使ってみる
- ・ マスクを外して、口をゆっくり大きくあけて話す
- ・ 紙に書いて伝えるときは、なるべく短い文章で



手話ができなくても大丈夫。
 大切なのは「伝えたい」という気持ちです。

保護者のみなさまへ

早いもので1年が過ぎようとしています。毎年感じるのですが、子どもたちのエネルギーは大きく、成長のスピードはとても速いです。

学校という場所で、子どもたちと同じ時間を過ごすことができることに幸せを感じながら1年間、保健室で子どもたちのことを見守っていました。

1年間「ほけんだより」を読んでいただきありがとうございました。

これからもどうぞよろしくお願いします。

養護教諭 井川祥子

やってみよう /
手話で伝える **ありがとう**

3月9日は「サンキューの日」。日頃からお世話になっている人に「ありがとう」の気持ちを伝えてみてはいかがでしょうか？

もしも家族や友だちに耳が不自由な人がいたら、「手話」で伝えてみましょう。簡単なので、ぜひ覚えてみてください。

手話の「ありがとう」



みぎて すいちよく た
右手を垂直に立て、
こゆびがわ ひだりて ころ
小指側で左手の甲を
たた
トントン叩く

手話と一緒に、ニコッと笑顔を添

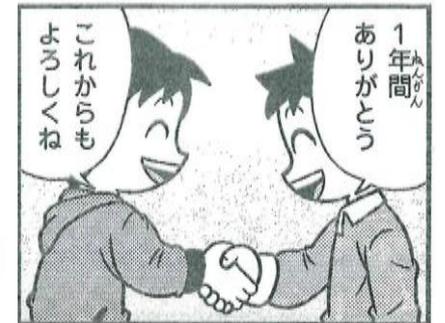
えれば、「ありがとう」の気持ちがグーンと伝わりやすくなりますよ。



この時期は
この場所が最高！ K-Shinbo

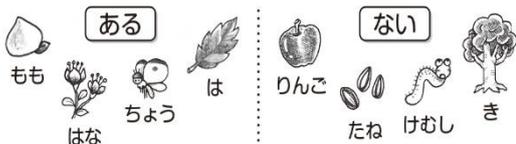


耳にいい
言葉 **中村 誠**



ばんき★クイズ

ある に共通するのは？



ヒント みんな持っているよ

花粉が飛び始めます

花粉症の症状

天気予報で花粉情報も放送している場合があります。花粉症が心配な人はチェックしてみましょう！



