



けんこう三川

周南たちばな学園
三川小 保健室



あつという間に、もう2月ですね!

ほんかくてき さむ つづ ひび あさげんき
本格的な寒さが続く日々ですが、朝元気に、「おはようございます!」とあいさつしてくれるみんなに
げんき ほんこう かんせんしやう いま おつ づき
元気をもらっています。本校の感染症は今のところ落ち着いてきていますが、引き続き
ただ てあら えいよう しょくじ じゆうぶん すいみん きつ
「正しい手洗い」「栄養のある食事」「十分な睡眠」に気を付けて
こころ からだ げんき す
心も体も元気いっぱいにご過ごせるようにしましょう!

1月に身体測定・保健指導がありました!



9月に比べて、身長伸びや体重の増え方はどうでしたか?

身体測定の後に行った保健指導のテーマは「自分・友達のいいところを見つけよう」

いいところが書かれたプレゼントをもらいましたね。大切にしていますか?

みんなにはいいところがたくさんあります。それを、友達やお家の人はちゃんと知っています。

一人ひとりの体はもちろん、心も健康でいてほしいという思いでこのテーマにしました。

冬休みが明けて学校のリズムに疲れを感じ始めているところかもしれませんね。

先生は、みんなが学校で「たのしい!」と思える瞬間が1分1秒でも長くなるといいなと思っています。

なにか困ったことや話したいことがあったら、いつでも先生たちに声をかけてね。

このワークシートを使いました。
たくさんのお友達にいいところを
書いてもらえたね。



学年 1月11日(水)

自分のいいところをしよう!

年 名前

ともだちからのプレゼント

より

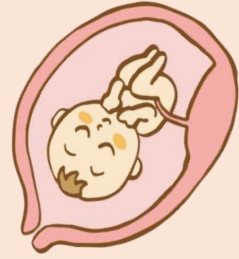
より

より

より

ひとつひとつが大切なプレゼントです。
この紙は、なくさないように大切にしまっておこう。

がつ にち か じかんめ
2月13日(火) 5時間目
 ねんせいたいしょう いのち
3・4年生対象に「命のはなし」
 こうぎ
の講座があります。



あか
 赤ちゃんはどうやってできて、生まれてくるのかな・・・
 ひとり
 一人ひとりのかけがえのない「命」の誕生について・・・
 はなし き たの
 どんなお話が聞けるのか楽しみですね。

やってみよう！リフレーミング

リフレーミングとは・・・違う視点から物事を見ること。→言葉の言い換え！

たんしょ ちょうしょ かたしだい
 短所と長所は、とらえ次第です。

じぶん まわ ひと みおと
 自分や周りの人のいいところを見落とさないように、

まえむ みかた
 前向きな見方をしてみましょう！

リフレーミングの一例



たんしょ おも 短所だと思っていたところ	ちょうしょ 長所になるようにリフレーミングしてみた
△がんこ	○自分の考えがある
△いいかげん	○おおらか
△おろちつきがない	○元気がいい
△飽きっぽい	○好奇心がある

保護者の方へ

2月のスクールカウンセラーの佐野先生の来校日は、
 2月5日(月)、19日(月)、26日(月)の9:00～12:00です。
 気になることがありましたら御相談ください。

予約を入れますので学校まで御連絡ください。
 (48-6197 担当:加藤)

