



ほんわか

ほけんだより

足柄小学校 No.6
平成27年12月22日

これまで、インフルエンザをはじめとする感染症の発生は少なく、穏やかに冬休みを迎えようとしています。保護者のみなさまに、登校前の健康観察や、早めの休養・受診など、ご協力いただいたおかげだと思います。ご理解、ご協力、ありがとうございます。



心も体も元気かな？

子どもたちが楽しみにしている冬休みが近づいてきました。学校では、子どもたちは、学習や委員会活動・係活動などの役割、お友達との関係など、いろいろなことに一生懸命取り組んでいます。もしかしたら、「少し疲れがたまっているな」、「ちょっと気になっていること、悩んでいることがあるな」ということがあるかもしれません。

普段は、子どもたちも保護者のみなさまも忙しい日々を過ごしているのではないかと思います。冬休み中は、少し時間にゆとりがあります。子どもたちの学校での様子や考えていること、思っていることなどに、耳を傾ける時間をとっていただけたらと思います。

短所は長所

「うちの子は、どうして怒りっぽいんだろう。」「もう少し、元気があればいいのに。」と、子どもたちの短所が気になる方もいらっしゃるかと思います。子どもたちには、ひとりひとりに個性があります。短所は、見方によっては長所にもなります。つつい感情になってしまふことがあるかもしれませんが、少し落ち着いて、子どもたちの良いところを再発見してみたいかがでしようか。

- うるさい・・・明るい、元気
- 怒りっぽい・・・感受性が豊か
- おとなしい・・・ひかえめ、物事をよく考えている
- 泣き虫・・・心が繊細、感情豊か
- 目立ちたがり・・・自分を表現することが上手



冬至～かぼちゃを食べてかせ知らず～

冬至は、太陽の昇る高さが一年でもっとも低くなる日。古代の中国では、冬至の日を一年の始まり、太陽の復活の日として暦を読んでいたこともあり、冬至の日はおめでたい日とされてきました。今年の冬至は12月22日です。

冬至に「ん」のつく食品を食べると幸運が得られるという言い伝えがあるそうです。特に、「ん」が2つの、「なんきん（かぼちゃ）」「にんじん」「れんこん」「ぎんなん」「きんかん」「かんでん」「うんどん（うどん）」を食べると、病気にかからないと言われています。

緑黄色野菜の「なんきん（かぼちゃ）」や「にんじん」は、カロテンを多く含みます。カロテンは、病気全般に対する抵抗力をつけてくれる強い味方です。

今年の冬至は、いくつの「ん」を食べることができるか、挑戦してみませんか？

冬休み中、たくさん「緑黄色野菜」を食べて、抵抗力をアップしておきましょう♪



1年間頑張った子どもたちに、メッセージを書いて渡してみたいかがでしようか？「かけ算をがんばったね！」「お風呂そうじをしてくれて、ありがとう」「あいさつが上手だね」など、おうちの方の温かい一言が、2016年を頑張る勇気につながるのではないかと思います♪



きりと

きり

より



学校保健委員会

1月25日(水)6時間目に、平成27年度学校保健委員会を行いました。学校薬剤師の富野先生、PTAの役員のみなさまにもご参加いただき、ありがとうございました。

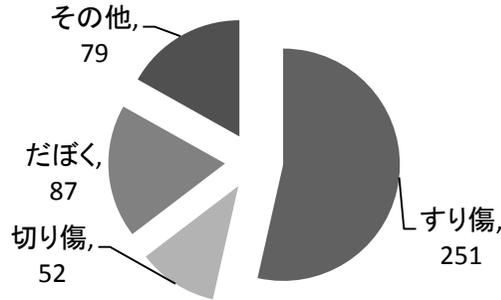
今年のテーマは「元気に・毎日・スマイル～けがをふせごう!」です。

各学級で、足柄小のけがの様子や自分自身のけがの様子についてふり返り、けがを防ぐための標語を考えました。

足柄小のけがの様子

4月～10月までの半年間で、けがをしたひとは

469人



学校保健委員会には学校薬剤師の富野先生が参加してくださりました。学校薬剤師の富野先生は、子どもたちが安全で快適な環境で学習したり、遊んだりできるように、水質や照度などの様々な検査をしてくださっています。

富野先生は、「学校のルールを守りましょう。ひとつひとつのルールには、意味があります。」というお話をしてくださりました。

校舎周りのコンクリートを走っていたり、ジャングルジムで鬼ごっこをしたりして、けがをする人が少なくありません。

日々の指導の中で、“危なくないか、考えて行動する”ということを伝えていますが、ご家庭でも、子どもたちと話題にしたいだけたらと思います。



ステキな標語No1に選ばれたのは、5年1組が考えてくれたものです。

おちついて
ちょっとしたよゆうが
けがふせぐ

～お礼～

前回のほけんだよりにて、保冷剤の寄付をお願いしたところ、とてもたくさん集まりました。ご協力、ありがとうございました。保健室で、大切に使いしていきたいと思ひます。



【紹介】

不登校経験者と保護者による座談会
～自分らしく生きる～

日時:平成28年1月30日(土)14:00～

場所:川東タウンセンターマロニエ

※チラシは職員室前の机に置ひています。