

ほけんだより



小田原市立下中小学校
令和7年3月3日
NO. 11



ふだん、あたりまえのようにすごしていて、まわりのやさしさや、しんせつに気づかないことは、だれにもあるものです。サンキューの日になんで、「～してもらっているのは、あたりまえなの？」と、まわりを見つめなおしてみませんか。

そして、「あたりまえではない」と気づいたら、ゆうきを出して「ありがとう」の気持ちを伝えてみましょう。ありがとうのことばには、ふしぎな力があるそうですよ。



ありがとうの 効果

「ありがとう」と口に出していますか。この言葉には言った人にとっても、言われた人にとっても、良い効果がたくさんあることがわかってきました。

けんこうになる

しあわせになる

まえむきになる
きもちになる

ひとなかよく
なれる

かんしゃのことばを口にして、自分も周りの人も
すてきな1日を過ごせるようにしましょう。



耳のはたらきを、していますか？耳には、




①のうに音やことばなどを伝える

ほかにも、体がいろいろな動きをしたときに、たおれたり、きもちわるくなったりしないように

②体のバランスをたもつ大切なはたらきがあります。

でも、耳は、とてもきずつきやすいところです。

耳のけんこうをまもるための注意点をしり、おたがいに気をつけて生活しましょう。

 <p>●耳のちかくで大声を出さない！</p>	 <p>○耳そうじは、 入り口をやさしく こするていどに (おくにおしこまない よう注意！)</p>
 <p>●耳の中にものをいれない！</p> <p>いれてしまったら、耳の病院へ！ ★ゆびでとろうとすると、おくにはいって、とれなくなるかも！？</p>	 <p>つよくかむと、耳をいためたり、 びょうきになったりするかも！</p> <p>○はなをかむときは、片方ずつ、 はなのあなをふさいで、しずかにかむ！</p>

★下中小は、2月はコロナもインフルもゼロ！！

今年の冬は、病気にかかる人がとても少なく、外でよくあそんで、元気にすごせています。すばらしい！

もうすぐ、令和6年度もおわりです。このちょうしでがんばってください！