

ほけんだより

すくすく3月

発行  
令和8年3月11日  
曾我小学校  
保健室

3月は、学年のしめくくりの月です。この1年はどんな年でしたか。

たくさん経験をした子供たちは、この1年間で心身ともに大きく成長しました。進級に向け、今年度の健康生活についてふりかえりましょう。

## 「いのちを大切にすること」ってどういうこと？

ご家族で話してみましょう

学校では「いのちの大切さ」が子供たちの心に浸透するように、道徳や保健の授業に取り組んでいます。ご家庭では、どのように子供たちに伝えているのでしょうか？

自分のことが好きであること、自分のいのちを大切に思うことには、相互関係があり、わたしはわたしでよいという思い（自分が好きという気持ち）ありのままの自分を大切に思う心（自己肯定感）を育てていくことが大切です。「おはよう」「おやすみ」「がんばったね」などの言葉かけや、子供が話しかけてきた時には、作業を止めて子供と向き合ってください。話を聞くことや笑顔で接することなどが、子供の存在を認め、ありのままの姿を受け止めることに深くつながっていきます。

## 緊急時の所在確認のために、上履きの記名をお願いします

新学期を迎えるタイミングで、お子さんの上履きを買い替える方も多いかもしれません。

ぜひ、次の3つのポイントを参考にしてください。

- ① 通気性が良い、かかとがしっかりして硬いもの
- ② 指先は適度な余裕がある（かかとを踏んでいるようすが見られたら、サイズが合わないサインです）
- ③ サイズが大きすぎないもの

- つま先の色の指定はありません。
- つま先側とかかと側に「なまえ」を記入してください。
- ご記入いただいた名前をわかりやすくするため、白色が望ましいです。

\*上履きについて機能的な面でご相談がありましたら、担任までご連絡ください。



不要になった上履きがありましたら、学校に寄付していただだけませんか。ご協力いただける方は洗濯をして、名前を黒塗りなどして消したものをお子さんに持たせていただけると有難いです。

★18cm・19cm・20.5cm・22cm・22.5cm がありません。よろしくお願いします。