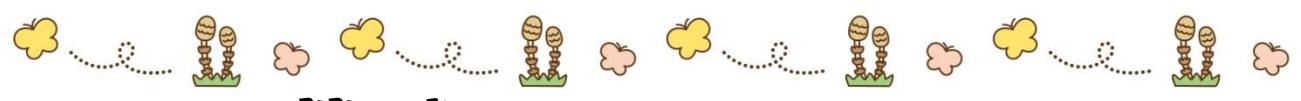




令和8年3月2日
しんざん小学校・保健室



先週の「6年生を送る会」は、6年生といっしょに楽しい時間をすごすことができました。今年度もあと少し、みんなで元気にすごしましょう。
先週からインフルエンザB型が、しんざん小学校にも入ってきています。「手洗い・うがい」「早ね・早おき」「たっぷり栄養をとって」、インフルエンザを予防しましょう！！



3月3日は ^{みみ} ^ひ 耳の日です

耳も
疲れたって本当?!

大きな音や人の話を集中して聞いていると、気づかないうちに耳も疲れてしまいます。



目の疲れ度
キョウッ!

- なんとなく音が聞き取りにくい
- 頭がぼーっとする
- 騒がしい場所がつかく感じる

一つでも当てはまるときは耳が疲れているサインかも。

耳の疲れを取るには「耳休み」を作ることが大切です。静かな場所にいるだけで、耳はホッとします。また、テレビや動画を見るときは音量を上げすぎないようにしましょう。



耳休みをとれば、気持ちも **スッキリ** して集中力も **アップ** しますよ。



耳を大切にしよう！！



3月の保健行事

- 2日(月) 体重測定(4-1・5年)
- 3日(火) 体重測定(3・2年)
- 4日(水) 体重測定(4-2)
- 5日(木) 体重測定(6年)
- 6日(金) 体重測定(1年)



体操服を
わすれずに!

こころ からだ いのち がくしゅう
 ~心・体・命の学習が終わりました~



1年 「おへそのひみつ」



5年 「脳のしくみ」

学習内容

みんな一人ひとりが、世界にたった一人しかいない、かけがえのない大切な存在です。

1年生

- ・わたしのからだ
- ・おへそのはたらき
- ・ぼく、わたしがうまれたとき
- ・みんな大切な一人

2年生

- ・大きくなるからだ
- ・赤ちゃんのたんじょう
- ・大きくなったね

3年生

- ・体のしくみとはたらき
- ・命のはじまりとつながり
- ・健康なからだ

4年生

- ・成長する体
- ・大切な体と命
- ・心の変化

5年生

- ・大人に近づく体
- ・大脳のしくみとはたらき
- ・心の健康

6年生

- ・わたしたちの体
- ・生命誕生
- ・よりよく生きる

いくつ知ってる? 感謝の言葉

日本語には、状況や相手への気持ちに応じて感謝をあらわす言葉がたくさんあります。

感謝をあらわす言葉たち

ありがとう

お世話になりました

一緒にのクラスでよかった

うれしい おかげさまで

美味しかったよ

いつも頼りにしてるよ

いただきます

ごちそうさま



助かったよ

元気をもらったよ

さすが!

あなたがいるから頑張れる

また遊ぼう

参考になったよ

3月9日は「サンキユーの日」。この機会に、日ごろの感謝を素直な言葉で伝えてみるのもいいですね。

