



2023年(令和5年)
3月 NO. 19
福山市立鞆の浦学園
ほけんしつ



ひるま あたたかさをかんじられるようになってきましたね。さて、
「雪が解けると何になりますか?」という問いかけがあります。
正解は「水になる」…それも一つの正解ですが、もう一つの答え
があります。それは「春になる」。雪が解け、動物や植物がいつ
せいに動き出す時期が来ました。みなさんも4月から新しい
スタートが切れるように、今から準備を始めましょう!

健康の記録カードを返します!

2月に行った身体測定の結果が書いてあります。
おうちの人と一緒に見てみてください。また、顔の形が
一人ひとりちがうように、成長のスピードも人それぞれ
です。何か気になることがあれば、いつでも相談して下さい。



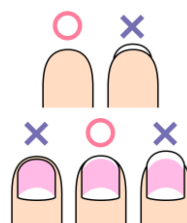
★3月10日(金)までに、おうちの人に印をもらって提出して下さい
(6・9年生は提出しなくていいです。今後の健康管理に役立てて下さい。)

1週間に1回はつめを切ろう!

この1年間で、つめが長いために起きてしまったけがが21件
ありました。つめが割れてしまった、はがれそうになった、手が
当たって友だちを傷つけてしまったなど、つめを切っていたら
起こらなかったらと思うけがが多かったです。



自分のために、友だちのために、つめは短く清潔に保ちましょう。



指先を横から見て爪と指の長さが同じ
になるように切るのがポイントです。
ただし爪の先の白い部分が少し残るよ
うに切りましょう。



耳を大切にしよう!

3月3日は「耳の日」です。耳には二つの役割があります。
一つ目は「音を聞くこと」。耳が二つあるおかげで、音が
どの方向から聞こえているかわかります。
二つ目は「体のバランスをとること」。耳の奥に
ある三半規管というところが、体のかたむきや動き
などを感じ取ってバランスをとっています。



耳を守るために気を付けてほしいこと



みみもと おおこえ だ さない
耳元で大声を出さない



みみ みみ ちか ただ かない
耳や耳の近くを叩かない



おんりょう あ
イヤホンの音量を上げすぎない

あたりまえをありがとうに



これって
あたりまえ?



「あたりまえ」とは、そうあるべきこと(=当然)や、ありふれていること(=普通)
という意味。一方「ありがとう」は、めったにない・めずらしいことを意味する「有り難
い」からできた言葉で、みなさんが知っているように感謝の気持ちを表します。

3月9日は「サンキューの日」。やってもらって「あたりまえ」ではなく、「いつもあ
りがとう」と伝えられたら、ちょっとだけハッピーになれるかも!?