

# ほけんだより



H26. 2. 7  
せと市立下品野小学校  
ほけんしつ

こんにちは、2月になりました。みなさん、かぜやインフルエンザにかかっていませんか？ まだまだはやっています。手洗い・うがい。せきエチケットに気をつけて、ウイルスをやっつけよう！！



## 今日のこころのお天気は？



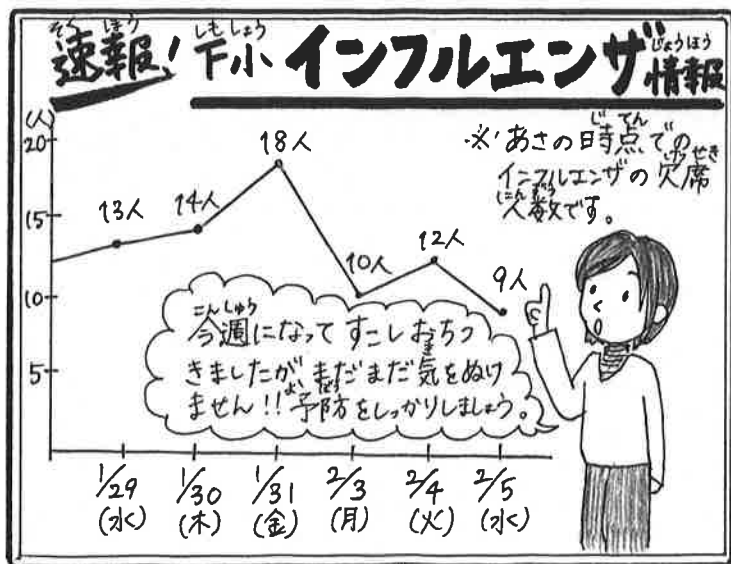
ニコニコ笑顔で  
たの  
楽しいですね♪  
あなたのおかげで  
まわ  
周りも明るくなって  
おも  
いると思いますよ。

なにかあったのかな？  
そんな日もあるね。  
ひとりでどんよりして  
いて苦しいときは、  
まわ  
周りの人に相談  
してみよう。

かなしいこと、つらい  
ことがあったんだね。  
いっぱい泣いて、すこ  
しスッキリしたら、  
こころ  
心のせいりをして  
みよう。

いやなこと、頭にくる  
ことがあったんだね。  
ワー！！と怒ったり、  
ひともの  
人や物にあたる前に  
10秒  
10秒かぞえてみよう。  
そして、口で気持ちを伝えよう。

みんなのあ～したでんきになあれ！



1月身体測定結果...

平均値がこのようなになりました。  
成長は人それぞれなのでめやすとして、みてください。

|     | 身長 (cm) |       | 体重 (kg) |      |
|-----|---------|-------|---------|------|
|     | 男の子     | 女の子   | 男の子     | 女の子  |
| 1年生 | 118.7   | 119.5 | 21.7    | 22.7 |
| 2年生 | 126.3   | 125.2 | 26.0    | 25.0 |
| 3年生 | 130.3   | 131.2 | 28.9    | 28.9 |
| 4年生 | 135.4   | 136.6 | 32.1    | 31.3 |
| 5年生 | 143.9   | 143.7 | 39.5    | 38.3 |
| 6年生 | 149.1   | 150.4 | 41.5    | 44.5 |

みんなで



ふわふわことばの  
掲示板をつくろう!!



ふわふわことばってしていますか？

い  
言われると、うれしくて、こころが<sup>さいまん</sup>あったかくなる  
ことばです。<sup>い</sup>最近<sup>さいまん</sup>言われてうれしかったことばは  
ありますか？ または、あなたが<sup>い</sup>つけた、ふわふわこと  
ばでもいいです。みんなのまわりのふわふわことば、  
ふわふわストーリーでもいいです。(うれしかったできごと)

した  
下の<sup>かみ</sup>ような紙<sup>か</sup>に書いて、ほけんしつ<sup>まえ</sup>のポストに入れて  
ください。ほけんしつ<sup>けいじばん</sup>前にハートの掲示<sup>おも</sup>板<sup>か</sup>をつくりますので、  
はっていき<sup>おも</sup>たい<sup>か</sup>と思います。どんどん書いてね。  
<sup>ほごしゃ</sup>保護<sup>せんせい</sup>者のみなさま、先生<sup>だい</sup>方<sup>ぼしゅう</sup>からも大募集!! <sup>かみ</sup>どんな紙<sup>かみ</sup>でも  
大丈夫<sup>だいじゅう</sup>ですので、ぜひ<sup>かみ</sup>参加<sup>かみ</sup>して下さい。

だいたい  
これくらい  
の大きさ。

しも<sup>はう</sup>下<sup>はう</sup>のみんな、いつもえがお  
をありがとう。みんなのおか  
げで、わたしもえがお<sup>😊</sup>に  
なれます ♪

あづさ

