

ほけんだより 2月

十四山西部
小学校
No.10
H30.02.06

「鬼は〜外! 福は〜内!」

みなさんはこの休日の間に豆まきをしましたか? 節分の豆まきには、悪いものを追いはらって、よいものを呼び込むという願いが込められています。

みなさんの鬼はどのようなものでしょうか?
夜更かしをしてしまうこと? 人の悪口を言うこと?
悪いものを追いかると、自然によいものが入ってきますよ。



ことば あつ 心わ心わ言葉を集めました。

1月の発育測定の際に「心わ心わ言葉(人を嬉しくする言葉)」について先生がお話したことを覚えていますか? その後みなさんがたくさんの「心わ心わ言葉」を考えて、ハートの用紙に書いてくれましたね。みなさんが書いた「心わ心わ言葉」を見ていると、先生も心が温かくなりました。たくさん考えてくれてありがとう! その中の一部を紹介します(*^_^*)

ありがとう

だいじょうぶ

たのしいね

キミがいるだけで

しあわせだ

大好き

げんきになってね

いっしょにあそぼ

がんばったね

わあーすごい

天才



2週間の間に、104枚の用紙が集まり、55個の「心わ心わ言葉」が集まりました。一番数が多かった言葉は「ありがとう」でした。言われると誰もが嬉しい言葉ですね。たくさんの「心わ心わ言葉」をお友達やお家の人に使ってみてくださいね。



もし、心(こころ)がカゼをひいたなら

カゼは誰でもひくもの。体力が落ちたり、ちょっとした油断をしたりするときに掛かります。そしてそれは、心にもおこることがあります。『心もカゼをひく』って、意外ですか?



心(こころ)がカゼをひいたかも

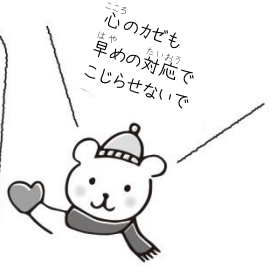
- やる気がでない
- 気がついたらボンヤリ
- なかなか眠れない
- なにをしても楽しくない

心(こころ)のカゼの原因は

- ホッとできる時間がない
- 無理にがんばっている
- 友だちとケンカした
- うまく気持ちが伝えられない

心(こころ)のカゼを治すのは

- ノンビリ過ごす時間をつくる
- 好きなことを思いっきりする
- 誰かに話を聞いてもらう



カゼかな? 花粉症かな?



カゼ		花粉症
それほど続けてはでない	くしゃみ	何回も続けて出る
ねばり気があり、色もついている	鼻水	透明でさらさらしている
ほとんどない	目の症状	かゆみ、充血、涙が出る
37度以上の発熱	熱	ほとんどない
とくになし	遺伝性	家族にアレルギー体質の人がいる
短期間(1週間程度)で治る	発症の期間	粉が飛んでいる時期は症状が出る
変化はない	天候	症状に変化がある



リゅうこう つづ インフルエンザの流行が続いています

今年のインフルエンザは、A型、B型どちらの型も流行しており、本校でもインフルエンザにかかる子が多くみられます。また、一度インフルエンザにかかったとしても、異なるウイルスの型であればもう一度インフルエンザにかかってしまう可能性もあります。朝、お子さまの体調を見ていただき、いつもと異なる様子がありましたら、一度病院で診ていただきますようご協力をお願いします。