

# ほけんだより



R5.3.1

柏市立松葉第一小学校

校長 青木 晴彦

3月21日は「ランドセルの日」。3+2+1=6で「6年間ありがとう」という意味があるそうです。卒業を控えた6年生のランドセルには、どんな思い出が詰まっていますか？

進級を目前にした今の時期は、子どもたちにとって、新学年への希望や期待が膨らむ時であると同時に、不安になる時でもあります。ぜひご家庭でお子さんと今年度をふり返っていただき、この一年間のお子さんのがんばりや成長をほめてあげてください。



## 3月9日は



3月9日は、39。「サンキュー」つまり「ありがとう」の日です。あなたは1日のうちでどのくらい「ありがとう」を言っていますか？「ありがとう」は言ったほうも、言われたほうも心が温くなる“まほうの言葉”です。何かをしてもらったときに自然に「ありがとう」と言えたらすてきですね。

「〇〇さん」と名前を呼んで

あいて相手の目を見て

えがお笑顔で

すぐに

こころを込めて

ひとこと一言添えて



## 「ありがとう」と言う ときのポイント

何かをしてもらったときに「ありがとう」ではなく、「ごめんなさい」「すみません」と言う人がいますが、もったいないですよ！ありがとうと言うと、言ったあなたも、言われた相手もハッピーになります。「ありがとう」をたくさん言いましょう！

## 3月3日は耳の日



ヘッドホン難聴に注意！

ヘッドホンやイヤホンを使えば、どこでも音楽を楽しめますが、聴き方・使い方をまちがえると耳を痛めたり、聞こえにくくなったりすることがあります。ヘッドホン難聴は、じわじわと進行し、少しずつ耳の聞こえが悪くなっていくため、初期には難聴を自覚しにくいのが特徴です。

インフルエンザが流行しています。自分のできる感染対策をしてみよう。

感染症予防の **ポイント** は

## 減らす・入れない・戦う



こまめな掃除や換気で室内のウイルスを

**減らす!**



マスクや手洗いで体にウイルスを

**入れない!**



食事・睡眠・運動で免疫をつけてウイルスと

**戦う!**