



ほけんだより3月

令和3年3月10日
慶徳小学校 保健室

いよいよ学年最後の月、3月になりました。1年をふり返ると、がんばったこと、むずかしかったことなど色々あると思います。4月からも、一つずつ自分でできることを増やしていきましょう。

1年の生活をふり返ろう

4月から新しい学年で、気持ちよくスタート出来るように、この1年間でできたことや、できなかったことを自分なりにふり返ってみましょう！

きちんとできたことは、□の中に(✓)をいれてみましょう！できなかったことは、新学期からできるように取り組んでみましょう。

<input type="checkbox"/> 早寝早起きができた。 	<input type="checkbox"/> すききらいをせず何でも食べた。 	<input type="checkbox"/> こまめに体を動かした。 
<input type="checkbox"/> 清潔な生活ができた。 	<input type="checkbox"/> 友だちと仲良くできた。 	<input type="checkbox"/> ストレスを上手に解消した。 

ソーシャルスキルを高めよう♪

「ソーシャルスキル」とは、人とよい関係を築くための、気持ちのコントロール、笑顔、言葉がけなど、様々な技術のことです。下の場面で、どのような言葉がけや表情をすればいいのか、考えてみましょう。

休み時間に、学級のみんなで大縄の練習をしています。チャイムがなり、あなたは大縄を片付け始めましたが、他の子は急いで教室へ戻ろうとしています。一人で片付けていると、授業に遅れてしまうため、だれかに手伝ってほしいと思いました。さて、あなたは、友だちに何と言いますか？気持ちよく協力してもらえるように、上手な伝え方を考えてみましょう。

- ① なんて誰も手伝ってくれないの？だれか手伝ってよ！
- ② ○○さん、一人で片付けると授業に遅れそうだから、手伝ってもらってもいい？
- ③ (お願いするのはわるいから、一人でよろう。何も言わないでおこう。



令和2年度 メディアに関する標語の表彰を行いました！！

冬休みに一中学区学校保健委員会主催のメディアに関する標語の募集を全校生の親子によびかけたところ、慶徳小学校では52人のみなさんからの標語があつまりました！ 以下に最優秀賞、優秀賞に選ばれた標語をのせましたのでご覧ください。

この機会に、ご家庭でのゲーム、テレビ等メディアの使い方について、家族で考えてみましょう！



【最優秀賞】

2年 山内陽人さん（親子）「へらそうメディア時間 ふやそう親子時間」

最優秀賞に選ばれた山内陽人さん親子は、校長室で表彰をおこない、校長先生より賞状を受け取りました！おめでとうございます♪



【優秀賞】

1年大八木蘭さん（親子）「けせないよ かきこみひとつで 生まれるイジメ」

1年佐藤心優さん 「お家にこもってゲームより 家族みんなで遊び」

2年山口史奈さん（親子）「全集中！！読書の時間！！テレビ鬼はひと休み」

2年佐藤穂高さん 「ゲームの世界 迷い混んだら 抜け出せない」

3年石田岳幸さん 「やめようよ 信号むしと 歩きスマホ」

4年佐藤由叶さん 「テレビやゲーム ルールを守り 時間どろぼう追いだそう」

5年佐々木秀虎さん（親子）「メールより きちんと目をみて はなそうよ」

5年千代結南さん 「メディアより 人の目をみる あたたかさ」

6年山口隼輝さん 「画面より 家族の笑顔に 顔むけて」

6年佐藤由渚さん 「メディアのやりすぎつかいすぎ 優しい心をうばいだす」