

ほけんだより2月

おうちの人とよみましょう。

山口市立平川小学校



まだまだ寒い日が続きますが、節分を過ぎると暦のうえではもう春です。
葉が落ちて、枯れているように見える木々も、春が近づくにつれだんだんと芽
を出し、きれいな花を咲かせてくれます。あたたかい春が待ち遠しいですね！

ともだち 友達だから…

ともだちどうし 友達同士のマナーをかんがえよう

『笑ってるし、このくらい大丈夫でしょ』『友達なんだから〇〇してよ』

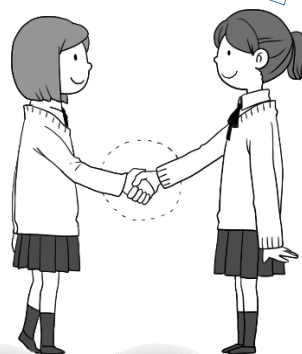
こんな言葉を使ったことはありませんか？

親しき仲にも礼儀ありという言葉を知っていますか？

親しい仲であればあるほど、距離が近い分、気づいたら最低限の礼儀がなくなっている、なんてこともあるかもしれません。どんなに仲のいい相手でも、気遣いの心を持ち、相手のことを思いやって生活できるといいですね。

ごめんね

私こそごめんね



大丈夫？



挨拶を
するよ

悪いと思ったら
謝るよ

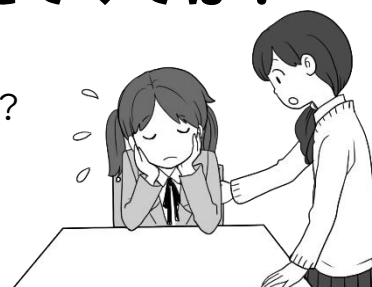
悲しんでいる
友だちに声を
かけるよ

話をするときは
きちんと相手
を見るよ



ともだち 友達ってなんだろう？一度、かんがえてみては？

- * 気の合わない子は無視していいの？
- * メールの返信が遅れたら悪口を言われた…それでも友達？
- * 仲のよかった友達が最近急に冷たい。どうして？
- * 友達はたくさんいる方がいいの？
- * 一緒にいるのがしんどいなあ…どうしてだろう。





花粉症 3本勝負!

クイズに正解して
花粉症たちに
勝利しよう!

1 ひつつきむし

花粉

「つかない」のはどっち?

ぼうし & 綿素材の服



サンバイザー & ウール素材の服

こたえ ぼうし & 綿素材の服

花粉が顔や髪の毛につかないように、つばの広いぼうしをかぶろう。ウール素材のセーターなどは花粉がつきやすいから、綿などのスベスベした素材の服がオススメだよ。

2 入りたがり

花粉

「入れない」のはどっち?

マスク & メガネ



おしゃぶり & アイマスク

こたえ マスク & メガネ

花粉は鼻・口・目から入ってくるから、マスクとメガネで防御しよう。マスクはあまり隙間ができないようにつけてね。アイマスクは周りが見えないから危ないよ…。

3 しがみつ

花粉

「落とす」のはどっち?

顔を洗う & うがいを



足を洗う & 大声を出す

こたえ 顔を洗う & うがいを

家に帰ったら、顔を洗って花粉を落とそう。目や鼻の周りも洗い流す。のどに入った花粉はうがいでも洗い流せるよ。足も洗っていいけど、靴をはいていたら花粉はつかないよ。

花粉症たちには勝てましたか? 花粉症シーズンはしっかり対策してくださいね。

心の鬼を追ひ払おう

2月3日は節分

です。病気や災難、邪気が家から出るように「鬼は外」、幸せが家に来るように「福は内」と豆をまきます。家から追い出したい「鬼」ですが、実はみなさんの心の中にもいることがあります。

たとえば、

好き嫌いの鬼

忘れ物鬼

夜ふかし鬼

いじわる鬼

なまけもの鬼

勉強嫌いの鬼



いろいろな鬼がいますね。みなさんの中にはどんな鬼がいますか。この機会に、自分の心の中にある鬼を想像してから豆まきを行い、鬼を退治して、福を呼び込みましょう。



まだまだ寒い日が続きます。自分の体調に合わせて服装を考え、かぜをひかないよう気を付けて過ごしましょう。

