



今月の保健目標

健康な心と体をつくろう

2月5日はニコニコの語呂から「笑顔の日」なのだそうです。笑顔はそれだけで体の免疫力がアップしたり、リラックス効果があったりと、健康のためにもとても大切です。

北小のみんながますます笑顔になって、心も体も元気に過ごせるように、思いやりをもってお友だちと接してほしいと思います。

今月の保健目標は「健康な心と体をつくろう」です。

- ① 晴れている日は外に出て、体を動かそう！
- ② お友だちが笑顔になるような言葉を考えて、言ってみよう！ぜひこの2つにチャレンジしてみてください。



にぎればこぶし ひらけばてのひら



手は、固く握れば拳となり、人に害を与える武器になる。しかし、開けば握手をしたり頭をなでたりできる優しさが持てる――。

…という意味のことわざです。いずれも同じ、人間の手。使い方によっては全く逆の効果があります。言葉も同じ。大きな声で応援すると相手を励ますことができます。逆に心ないひとは相手を落ち込ませてしまい、取り返しのつかないことになる場合もあります。使い方次第で姿を一変させる「言葉」。今日のあなたは、どんな言葉を友だちにプレゼントできましたか？



2月の保健行事

- 2日(水) スクールカウンセラー 柳田先生来校
- 4日(金) ピカピカ作戦
- 10日(木) 保健学習 (4年・5年)
- 15日(火) 保健学習 (2年)
- 16日(水) 学校薬剤師による手洗い授業 (2年)
- 18日(金) スクールカウンセラー 岡本先生来校
- 24日(木) スクールカウンセラー 柳田先生来校

保健室からの お知らせ

年度の途中で新たにアレルギーが分かったり、保健調査票の内容が変更になったりした場合は、すみやかに学校までご連絡ください。緊急連絡先に変更があった場合も同様をお願いします。



