



# ほけんだより 7月号



萩市立弥富小学校  
保健室発行

6月の読書週間の読み聞かせで中学年と高学年のみなさんには、「いのちのおはなし」の本を読みました。医師の日野原重明さんが95歳の時に小学校で命の授業をされた時のお話でした。その中で、日野原さんは、「命はきみたちの持っている時間だと考える」とおっしゃっていました。今、みなさんは、自由に使える自分の時間を持っています。1日1日の時間を自分の命として大切に使うって欲しいと思います。

## 7月の保健目標 夏を健康にすごそう！

みなさんの体には「時計」があります。体の時計が動いて、時間になると、朝目がさめたり、夜ねむくなったりします。夜おそく寝たとき、朝ねむくてなかなか起きられないことはありませんか？おそくまで起きていると、体の時計が正しく動かなくなります。そうすると、元気がなくなってしまったり、頭が痛くなったりします。

体の時計が正しくはたらいて、1日を元気にすごせるように、「早ね・早起き・朝ごはん」で、きそく正しい生活をしてください。もうすぐ夏休みです。今しかないあなたの時間を大切にしてください。



### まちがいさがし

2つの絵をくらべてちがうところをさがしてみましょう。7つあります。



○をつけて さかたにせんせい み 酒谷先生に見 せにきてくだ さい。 み 見せにきた人 には、シールが ありますよ。



## 花の苗植えをしました！

# おうちのかたへ

6月26日の人権教育参観日におうちの方にもお手伝いをしていただき、花の苗を植えました。この日のために子どもたちは、草をとったり、土を耕したりして準備をしてきました。また、間庭さんに牛ふんを入れていただいたので、栄養たっぷりの土に植えることができました。

にこにこかたん



お花ピカピカ花だん



今回は、2人1組になって1つの花だんをお世話します。自分たちの花だんが自分たちの力で美しく花を咲かせることができるようおうちの方からもアドバイスがあればよろしく願いいたします。



きれいな花かたん



ミラクルガーデンゆっくり



## 6月の誕生日給食

6月16日の給食時間に、  
6月が誕生日のAさんと  
Bさんのお祝いをしました。



Aさん

もっと体力をつけるために走ることを頑張ります。



Bさん

ことわざを覚えたいです。今年もみんなと仲良くできたらいいな〜♪

## 1 弥富っ子元気チャレンジ3日間

※チャレンジ表とおうちの方への文書は7/4に配付します。

本校では、子どもの基本的な生活習慣の確立をめざして、すこやか点検や発育測定時の保健指導などを実施しています。そこで、子どもたちの基本的な生活習慣がより定着するように、「弥富っ子元気チャレンジ3日間」を計画しました。1ヶ月のうち3日間お子様と一緒にめあてに取り組み、おうちの方に御協力していただけたらと思います。7月は5・6・7日の実施を予定しております。どうぞ、よろしく願いいたします。

## 2 給食費の集金について

8日(金)に、給食集金袋を配付します。7月分は、夏休みがあるため、早めに徴収させていただきます。15日(金)までに学級担任まで提出してくださいようお願いいたします。

## 3 懇談会について

19日(火)の学期末懇談と合わせて、保健室で健康カードを配付いたします。また、お子様のご家庭での様子や健康について気になっていることなどをお話できればと思います。お忙しいとは思いますが、懇談の前後に保健室へお寄りください。どうぞよろしく願いいたします。