

すくすく



No. 6 令和3年10月20日(水)

がっこうほけんいいんかい かいさい 学校保健委員会が開催されました。

9月27日(月) あいち健康プラザの 榎原 繁 先生を講師にお迎えし、学校保健委員会を行いました。5, 6年生が参加し、「ストレスと上手に付き合おう～気持ちを伝えよう～」をテーマにストレスの対処法や上手な気持ちの伝え方・聞き方について、ゲームを交えながら学びました。



アンケートの結果を発表する
前期児童保健委員のみなさん



榎原先生の質問に
手をあげて答える児童の様子

心ってどこにある
と思う？

脳？胸？腹？

それとも全身？

実は…全部正解

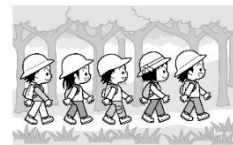
なんだって！

心と体はつなが
っているんだね。

みんなもやってみよう！

★どっちどっちゲーム★

- ① 2人組をつくります。
- ② じゃんけんをします。
- ③ 負けた人から順番に、お題に対する意見と理由を言います。



お題「海と山、どっちが好き？」

「ぼく・わたしは、〇〇の方が好きです。理由は～」と話そう！

気持ちを伝えるとき

○分かりやすく！

いつ・どこで・だれが・なにを
どのように

○「ぼく・わたしは～」

メッセージで伝えよう！



話を聞くとき

○相手の顔を見る

○うなづく

○あいづちをうつ

(返事をする)

楽しく話せたかな？「自分も相手も大切にしたい伝え方・聞き方」で友達と仲良く過ごせるといいね！

10月の保健目標 **目を大切にしよう。**

10月10日は目の愛護デーでした。

あなたの生活はどうか？

目にとって、やさしい？やさしくない？



やさしくない!

髪の毛があたると、ぼくたちに傷がついてしまうかも。前髪は短く切るか、ピンでとめておこうね。



やさしい!

本との距離が近いと、ぼくたちは疲れてしまうよ。姿勢よく座ってくれてありがとう。



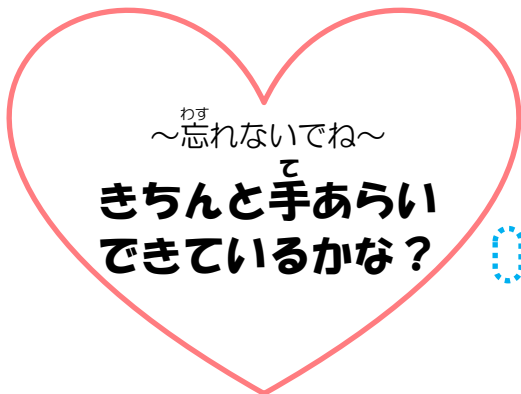
やさしくない!

まばたきの回数が減って、涙がもうカラカラ…。ゲームをするときは時間を決めてね。



やさしい!

1日中働いたぼくたちは疲れているよ。ゆっくり休ませてね。



～忘れないでね～
きちんと手洗いできているかな？

