

ほけんだより

ほけんもくひょう
7月の保健目標

なつ げんき
夏を元気にすごそう



かんさつ
二しょっ子観察 モニタリング!

もしも! こんな夏休みだったら!

なつやす
「夏休みに、なにをしたいか?」をインタビューしてみました!



- みずでっぼう
・水鉄砲であそびたい
 - おばけやしき
・おばけ屋敷
 - ねんせい
・キャンプしたい
 - ねんせい
・2年生のみんなで
 - はなび
・花火
 - い
・テーマパークへあそびに行きたい
 - い
・ポケモンのスイッチをする!
 - れいぼう
・冷房の効いた部屋で思い切り寝る
 - すずし
・涼しいところで読書三昧
 - ほっかいどうりょこう
・北海道旅行
 - だち
・立川へお出かけ
 - いちにち
・アイス1日3本食べる
- などなど

やりたいことをたくさんやって

ちようぜつ
超絶たのし〜い夏休み!にするには

げんき けんこう
ぜったいに元氣・健康で

じゆうよう
いることが重要!だと、

おも
みなさん思いませんか?!



もしも! まいにちはや はや
毎日早ね早おきができたなら?!

もしも! て
手あらい・うがいをこまめにしたら?!

もしも! あさ ひる よる
朝・昼・夜ごはんを毎日たべたら?!

もしも! そと こうつう
外で交通ルールをまもったら?!

もしも! しょくじ は
食事のあとに歯みがきをしたなら?!

もしも! なつちゆうしょうよぼう
熱中症予防をしたなら?!

もしも! しゅくだい はや
宿題が早くおわったら?!

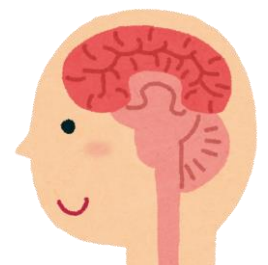
げんき けんこう
元氣・健康で、やりたい

ことができたあとは、ど

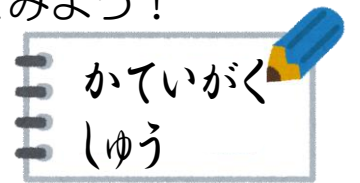
んな体と心で、9月から

がっこうせいかつ
の学校生活をはじめら

れる?!



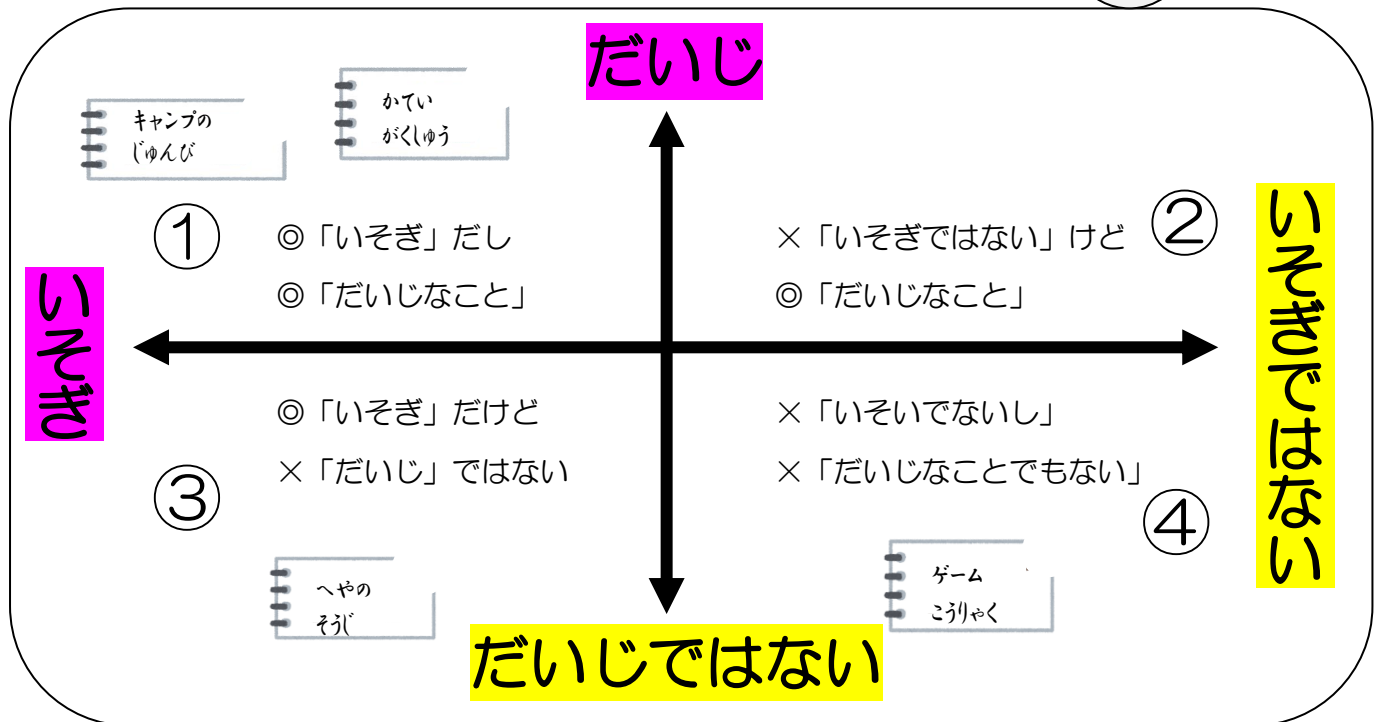
『やりたい! (やらなきゃ!)』とおもっていることを、「ふせん」に1まいにひとつずつ全部書きだして、①~④にわけてみよう!



- ① 「いそぎ」でやることであり、「だいじなこと」でもある
- ② 「いそぎ」ではないが、「だいじなこと」である
- ③ 「いそぎ」だけど、「だいじなこと」ではない
- ④ 「いそぎ」でもなく、「だいじなこと」でもない



したような図を用意して、はりながらわけてみよう!



夏休みの計画には、①にはったものから予定にいれていこう!

お家の方へ

●NLP「脳の取り扱い説明書」●

脳は、想像と現実の区別がつきません。自分が思うとおり・発したことばどおりに世界を作ろうとします。ざっくり・ほんやりとしたイメージも、丁寧に整理して「ありありと」脳がイメージできると、脳はその特性をより発揮しやすくなります。また、お子様が夏休みにやりたいことを一緒に整理して、それをやった時にどんな気持ちになるか・やったら更にどんないいことがあるかまでイメージをすると、より実現しやすくなります。急ぎで大事だけどつい後回しにしてしまっていたら、早めに取り組むよう声かけをしてあげてはどうでしょうか?

トトロポストクイズのこたえ【う】

すぎもとせんせい、ゆなさん、なずなさん、まきささん、はなさん、ゆいさん、なまえをかい
てないひと
正解でした!
「たいふうで学校がこわれなかしんぱい」と
お手紙をくれた人、こわれなくてよかったね!