

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
 - キャンプしたい
 - ねんせい
・2年生のみんなで
 - はなび
・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
 - たち
・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

ちょうぜつ
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

じゅうよう
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?!

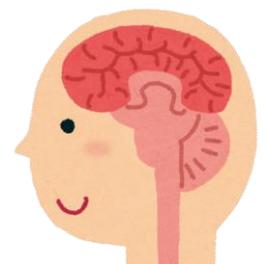
もしも! そと こうつう
外で交通ルールをまもったら?!

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! なつちゅうしょうよぼう
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?!

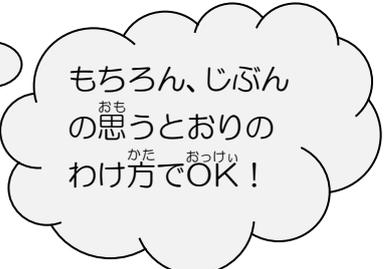
げんき けんこう
元氣・健康で、やりたい
ことができたあとは、ど
んな体と心で、9月から
の学校生活をはじめら
れる?!



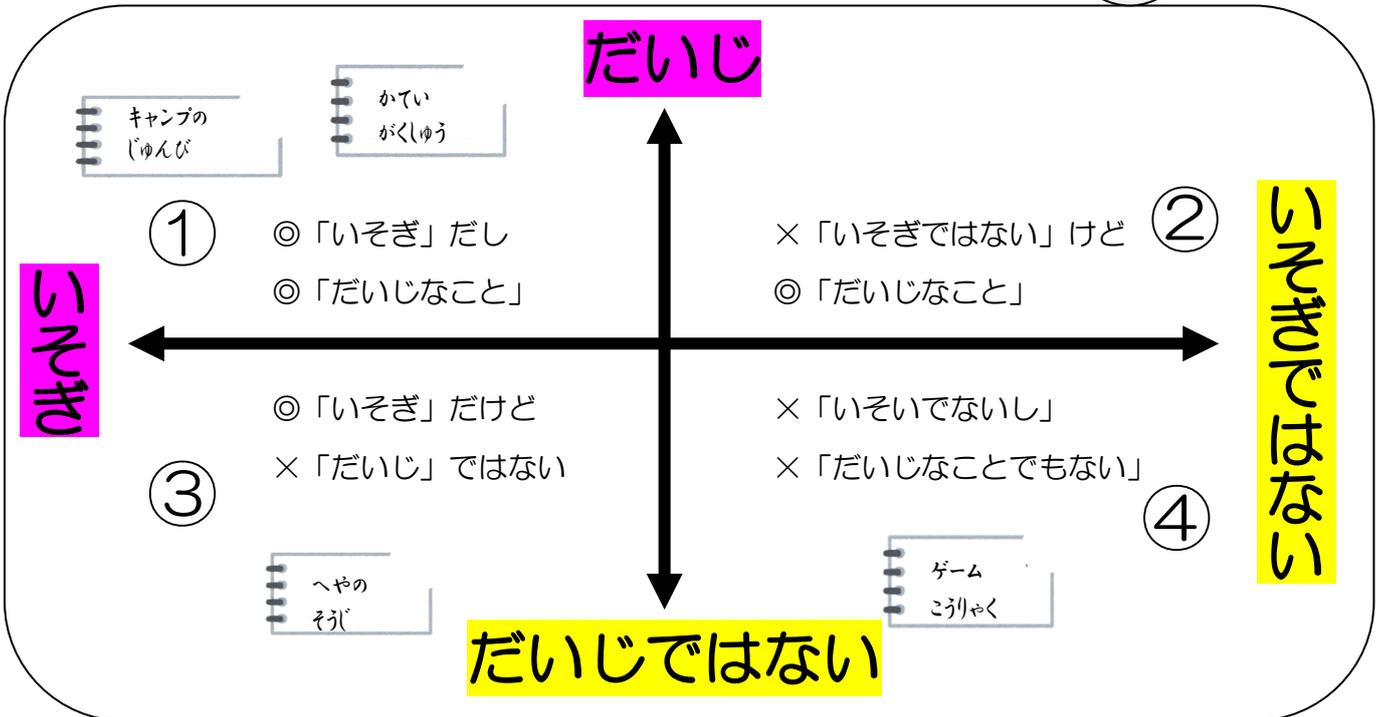
『やりたい! (やらなきゃ!)』と^{おも}思っていることを、「ふせん」に
1まいにひとつずつ^{ぜんぶ}全部書きだして、①~④にわけてみよう!



- 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}下のような^ず図を用意して、^{ようい}はりながらわけてみよう!



^{なつやす}夏休みの^{けいかく}計画には、①にはったものから^{よてい}予定に^いいれていこう!

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、早めに取り組み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!

1学期の学校保健活動へのご理解とご協力をありがとうございました