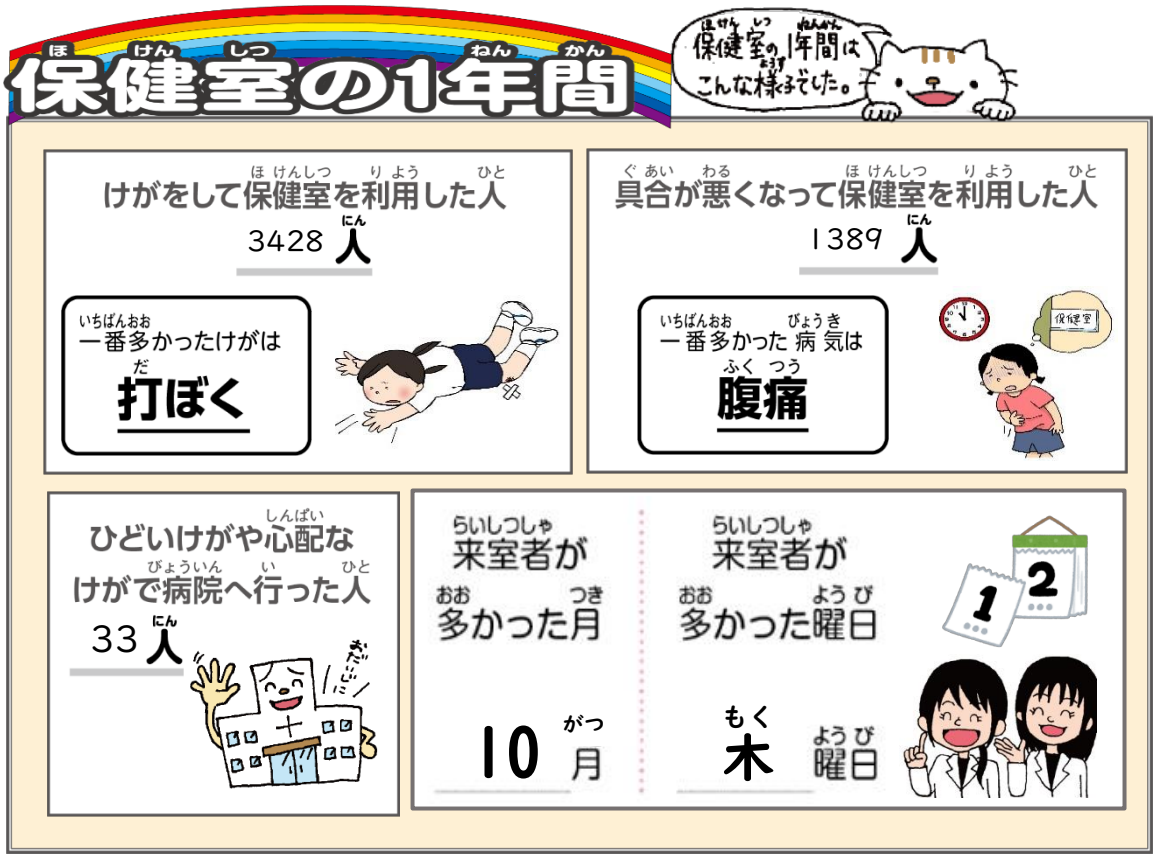
錦小学校
保健室
2025.3.12

３月になりましたが、まだまだ寒い日が続きますね。もうすぐで6年生は卒業、１～５年生は進級します。１年間いかがでしたか。健康に過ごすことはできましたか。今年度のしめくくりとして、この１年間を振り返り、来年度につなげていきましょう

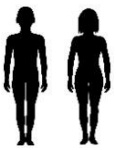


6年生「2次性徴について」の感想

○男の体の事は知らんかったから、勉強になった。プライベートゾーンは髪の毛も入るんや～と思いました。

○体の成長は、人それぞれやと思った。

○プライベートゾーンっていう言葉を初めて知って、確かに信頼していない人に体を触られるのは嫌だから、自分の体を守ろって思いました。



自分を好きになろう！

あなたは自分のことが好き？ 世界にたった1人しかいない自分。そんなあるがままの自分を好きになってください。自分のことが好きになれたら、今度はお友だちのいいところを探してみましょう。

やってみよう

①自分を受け入れる

短所も長所も受け入れよう。

②自分を励ます

「やればできる!!」の気持ちを大切に…

③自分をほめる

何かをやりとげたら小さなことでもほこりをもとう。

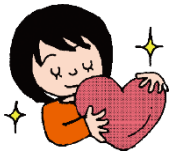
④自分を大切にする

だれか他の人のようにならなくて大丈夫。あなたはあなたです。

⑤自分を信じる

いつも自分に正直でいよう。

⑥自分を愛する



自分というかけがえのない存在をあるがまま愛そう。

⑦自分だけの時間をもつ

一人で過ごす楽しみを見つけることも大切。

6年生の保護者の方へ　～お願い～

大きいサイズの体操服や標準服(上着、ズボン)を保健室に寄付して下さるととても助かります。

ありがとう　感謝の気持ち届けます

1年間、ほけんだよりを読んでいただき、ありがとうございました。子ども達から「ほけんだより読んだで。」という、うれしい言葉ももらいました。今後も保健室からのメッセージに耳を傾けていただければうれしいです。