

# ほけんだより

No.7 

令和 3(2021)年 1 月 29 日

国立市立国立第二小学校

校 長 小林 理人

養護教諭

3学期が始まり、あと少しで1か月が経とうとしています。みなさんは冬休みをどのように過ごしましたか。長い休み明けの学校で、少し疲れてしまった人もいるかもしれません。少しずつ、学校のある日のペースを取り戻していきましょう。

## こころのけんこうを考えよう!

★さいきん、このようなことはありますか？

- ・ 寝ねおれない
- ・ お腹、頭がいたくなる
- ・ イライラする
- ・ 集中できない など...

もしかすると、



けんきの元気がなくなっているのかも...?

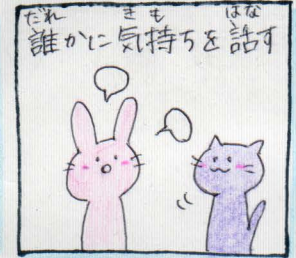
べんきょう勉強がむずかしい...

なやみがたくなる

友だちとうまくいかなくて悲しい。

コロナのことが不安。

★こころの元気回復のために(例)



他にも、みなさん一人一人に合った元気回復の方法があります。先生たちは、その方法を見つけるお手伝いをします。いつでもお話してください。

### 保護者の皆様へ

日頃より、本校の教育活動にご理解とご協力賜り、誠にありがとうございます。2学期の健康カードの返却時は、説明不足で大変申し訳ございませんでした。3学期の身長・体重を記録いたしましたので、ご家庭で確認後、お子様の学年の「3学期保護者サイン」の欄に、サインもしくは印鑑をお願いします。3学期の発育測定が実施できていないお子様に関しましては、測定後返却します。

2月8日(月)までに担任へご提出ください。6年生も回収します。よろしくお願いいたします。