

# ほけんだより 3月

流山市立  
西深井小学校  
No. 11



来室者 らいしつしゃ	ケガ けが	病気 びょうき
1782 にん 人	956 にん 人	826 にん 人

どのように体調がわる悪いのか、どうしてケガをしたのか、しょうず上手に説明できるひとがたくさんいました！

## 1年をふり返ろう！ 「できた！」と思うものに○をつけてね

この1年間で、元気に過ごせた人はその調子で、ケガや病気をした人は「なぜケガをしたのかな？」「どうしてかぜを引いたのかな？」と考えてみてください。疲れがたまらないように生活習慣を整えて、来年度も元気に過ごせるようにしましょう。



### 春休み中に治療しておこう



今年度の健康診断で治療勧告をし、病院へ行った人の割合は…

耳鼻科→56.4%  
眼科→43.9%  
視力→53.6%  
歯科→52.9%

まだ治療をしていない人は、春休みを利用して受診し、気持ちよく新学期を迎えられるようにしましょう！



「ありがとう」を漢字で書くとき、どのように書くか知っていますか？

「ありがとう」は漢字で書くと「有難う」です。「有る」ことが「難しい」→「めったにないこと」という意味からきています。つまり、「他人から何かしてもらうことは、めったにない、有り難いことなんだよ」ということです。でも、私たちはつい「当たり前」と思ってしまうがちです。たとえば、毎日元気で生きていること、家があること、学校に来られること、友達がいてくれること…もしかしたらそれを失うまで有難さに気づかないかもしれないけど、本当にありがたいことなんですよ。

「照れてしまう」とか、「いちいち言わなくても伝わるでしょ」とかそんな理由から言えていないという人もいるかもしれませんね。3月は1年のふり返りの月です。いつもより意識をして家族や友達、先生など、皆さんの周りにいる人たちに「ありがとう」を伝えてみましょう。

### 「ありがとう」を伝えるときのポイント



笑顔は見る人を安心させ、それだけで幸せな気持ちにしてくれます。

目をそらして言っても気持ちは伝わりません。相手の目を見て伝えましょう。

「〇〇さんありがとう」と名前を呼ぶだけで、それはその人にだけ向けた特別な言葉になります。

### 保健室から西深井小のみなさんへ

☆1年間、頑張る姿をたくさん見せてくれて  
☆キラキラの笑顔をたくさん見せてくれて  
☆困った時にはお話しして教えてくれて

ありがとう！

