

ほけんだより 7月

令和6年7月2日発行 小平市立小平第十四小学校 保健室



ようやく関東が梅雨入りしました。湿度の高さでなんだか体が重く感じる時期ですが、夏休みまであと少しです。楽しいことを見つけて過ごせるといいですね。

雨の日や暑すぎる日に教室で休み時間を楽しむ方法！

雨の日や暑すぎる日は休み時間を教室で過ごすことができます。

多くのこどもにとって大事な休み時間、外で遊ばなくても楽しく過ごせないと！

ということで、保健委員会のみんなで教室で安全に楽しめる遊びを考えました。

ジェスチャーゲーム

お題を見た人が身ぶり手ぶりで次の人にお題内容を伝え、次の人はまたその次へ身ぶり手ぶりで伝えて行くゲームです。最後の人が答えるものがお題とあっていたら成功です。声を出さずにできるかな。

いつどこでだれが何をしたゲーム

4人集まり、それぞれにいつ、どこで、だれが、何をしたを一つ考え、つなげます。
例)「昨日の朝」「お母さんが」「机の上で」「ソーラン節を踊った」などちぐはぐな文が出来上がります。

読書

ダンス

マジック



ステレオゲーム

私は誰でしょうゲーム

回答者にだけわからないようにお題を決め、回答者は周りの人に質問していきお題を当てます。

例)「カバ」なら「私は虫ですか？」
「いいえ」、「私は大きいですか？」
「はい」、「私は食べられますか？」
「いいえ」

ものまね

カラオケ

トランプ

イエスノーゲーム

一人が答えを決めて、他の人が質問して答えを探っていきます。

例)「ねこ」なら「食べられますか？」
「いいえ」、「光りますか？」
「いいえ」、「あったかいですか？」
「はい」



Q:「なんでこんなことしちゃったんだろう。」って
おも しっぱい
思うような失敗をしてしまいました。

A:こどもは失敗するのがふつうです。失敗しても
しっぱい
いいです。そして、そんなとき
すこ まな
を少しずつ学んでいくことが大切です。

「なんでこんなことしちゃったんだろう。」とおもっているその時点で、次に同じ失敗をしないよ
いっばふ だ たと
うに一歩踏み出させていますね。例えば、

「あの子にこう言われたのが悲しかったから『友達やめる』と言ってまったな。」と気付いたら、
かんが
「どうすればよかったかな？」と考えます。

「『友達やめる』ではなくて、『そんな言い方されると嫌だよ。』と言えばよかったな。」と思えたら、
あいて つた あやま
そのまま相手に伝えて謝ればいいのです。

いろいろな失敗がありますが、ちゃんとやり直せます。もちろん先生もおうちの人やり直しのお
しっぱい なお せんせい ひと なお
てつ だ
手伝いをします。失敗をこっそり隠してしまうと、その後、ご ころ くる
心が苦しくなってしまうので、ぜひ

「こんな失敗しちゃったんだ。」と相談してくださいね。

【おうちの方へ】

○学校での服装について、先日6年生の女子児童にお話をしました。最近のファッションとして、お腹の出るデザインの服がたくさん売られていますが、学校に来るときはお腹の出ないデザインの服装が好ましいです。防犯上の理由でも、登下校時も含めて、安全な服装での登校をお願いします。

○健康診断の結果をまとめた「定期健康診断の記録」を、1学期末にあゆみと同時に配布させていただきます。今までは健康カードでお知らせしていた内容ですが、今年度からは小平市の様式で、A4 もえぎ色の用紙になり、受診済みの印等も押されません。また、返信は必要ありませんので、ご家庭で保管等していただくようお願いいたします。内容に間違いがあった場合はお知らせください。