



令和8年1月30日
豊島区立南池袋小学校

みなみいけぶくろしょう たいちょうふりょう やす ひと すこ
南池袋小では、体調不良でお休みする人が少しずつ、増えてきています。
い ちょうえん いろいろ かんせんじょう は や
インフルエンザ B・胃腸炎など色々な感染症が流行ってきています。手洗い・マスクの着用・換気など感染症予防を心掛けましょう。また引き続き、早寝・早起き、
ちやくよう かんき かんせんじょう よ ぼう こころが
体調の悪い時は無理をせずに休むなど、健康によい生活を続けましょう。



今月の保健目標: 心の健康を考えよう

つか ことば ちゅうい 使う言葉に注意しよう

◎できるだけ相手を傷つけないような、心があたたかくなる言葉を使おう

い 言われるとうれしくなることば
ふわふわことば

ありがとう
たすかったよ！
じょうずだね
だいじょうぶ？
ごめんね など



い 言われると傷つくことば
ちくちくことば

うるさい
むかつく
きもちわるい
あっちいって
うざい など



◎見方を変えてポジティブな言葉にいいかえてみよう

【うるさい】

そのまま伝えると、けんかになりやすいけど…



【元気がいいね】

ポジティブな言葉にいいかえてみると、
「元気がいいね。でも今は授業中だから静かにして
ね」など相手にも伝えやすいし、受け入れやすいね。



～保護者の皆様へ～

☆第2回学校保健委員会

日時 2月19日(木) 13時10分～14時

講話「メガネ Zoff 出張授業」

講師 株式会社インターメスティック 斎藤 亜紀子先生

目の「見える」仕組みや「目が悪くなること」はどういうことなのか、近視の進みを防ぐにはどうすればいいかなどを4年生児童と一緒に勉強します。保護者のみなさまのご参加を心よりお待ちしております。



☆がん教育について学習(6年生)をしました。学校耳鼻科校医の猪狩先生からがんについてお話をいただきました。6年生のみなさんが真剣に聞いている姿を見て、がんや健康について関心が高いことがわかりました。

【児童感想より一部抜粋】

- ・日本人の2人に1人は一生のうちがんになると言われて自分もなるんじゃないかと怖くなつたけど、がん検診を受け、早い段階で見つけ治療すると治せる可能性が高くなると言われて少し安心しました。このことを家族にも伝えたいです。
- ・がんで亡くなった親戚が「早く見つけていればよかった」と言っていたのを思い出しました。その時は、がんは怖いなとしか思わなかつたけれど、今回の授業を通してがんになつても希望はあって、早期発見が大切なんだと感じました。
- ・がんはたばこだけでなく、いろいろな生活習慣からなる病気だから、「がんを防ぐための新12か条」を意識して生活していきたいと思いました。



☆ 感染症予防のため、冬でも換気を行っています。寒さが厳しくなる季節ですので、防寒対策にご協力をいただきますよう、お願いいたします。また、登校時には健康観察を行っていただき、体調不良の際は、早めの休養をお願いいたします。感染拡大防止に努めていきますので、どうぞご協力のほど、よろしくお願ひいたします。

