



健体康心



学校にいる三匹のカエル

～かんがえる・まちがえる・ふりかえる～

一か月前の始業式と入学式で校長先生は、これからの時代に求められる力として、「自ら問い、自ら考え、自ら行動する力」の大切さを話されました。AIが進化する社会だからこそ、自分の夢や目標を見つけ、失敗を恐れず挑戦することが大切だというお話でした。

三匹のカエル

thinking,



making mistakes.



reflectiuring,



この言葉は、健康づくりにもつながります。自分のからだや心の状態に気づき、どうすればよいかを考え、まずはやってみる。そしてうまくいかなかったことも含めて振り返る。

ゴールデンウィーク明けは「学校にいる三匹のカエル」を合い言葉に、自分のからだと心を見つめてみましょう。健康づくりも、正解を一度で見つけるものではありません。自分の体調や生活を「かんがえ」うまくいかないことも経験しながら「まちがえ」次に生かすために「ふりかえる」。そのくり返しが、自分を大切にできる力につながります。

INFECTIOUS DISEASE

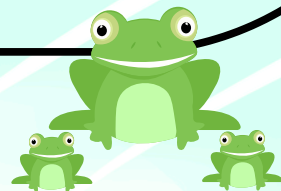
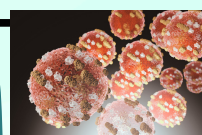


学校感染症：麻しん(はしか)

最近「はしか」が増えているというニュースがあります。

はしかは、学校感染症の一つです。感染力がとても強いので、発熱・せき・鼻水・目の充血・発疹などがあるときは、無理をして登校せず、家の人や学校に相談しましょう。

「いつもと違うな」と感じたら、まずかんがえる。そして早めに相談して行動する。これも、三匹のカエルにつながる大切な健康づくりです。



養護担当より

学校生活の中で、うまくいく日もあれば、思うようにいかない日もあります。

でも、そこで終わらせず、「次はどうしてみようかな」と考えることが大切です。

三匹のカエルと一緒に、自分のからだと心を少しずつ整えていきましょう。

