

えかお

令和5年3月3日
柏崎市立二田小学校
No. 17

3月に入り、日中は気温が高くなる日が多くなってきました。朝晩はまだまだ冷え込む日も多いため、上着等で体温調整をお願いいたします。

3月3日は「耳の日」です。普段から大活躍している私たちの「耳」。改めて耳の健康について考えていきましょう。

耳を大切にしていきましょう！



耳元で大きな声を出さない



耳や耳の近くを叩かない



鼻をかむときは片方ずつ押さえる

鼻を強くかむと鼓膜を痛めてしまうことがあります。片方ずつ小さくかむようにしましょう。

《耳そうじをする時は…》



入口を優しく拭き取る程度にする



長時間しない



座ってする

花粉を99%カットする 魔法のマスク

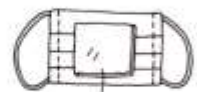
花粉症の原因は、花粉を鼻や口から吸い込んでしまうこと。

ところが、マスクに“ある工夫”をするだけで、花粉を吸い込む量を99%カットできるのです。

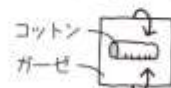
花粉症対策に、ぜひ作ってみてください。

作り方

- ① 10cm ほどの正方形に切ったガーゼを2枚用意する。
- ② 不織布マスクに、①のガーゼ(1枚)を4つ折りにしてあてる。
- ③ 化粧用のコットンを丸め、①の残りのガーゼでくるむ。
- ④ ③を鼻の下にあてる。
- ⑤ ②のマスクをつける。



4つ折ガーゼ



コットン
ガーゼ



2月に全学年で「性に関する教育」を行いました！

1年生「男の子、女の子」

男女のからだの違いや、プライベートゾーンを大切にすることを学習しました。

2年生「おめでとう 赤ちゃん」

赤ちゃんが生まれてくるまでの過程を学習するとともに、自分が生まれるまでの家族の思いや願いを知りました。



3年生「感じ方は いろいろだね」

感じ方は一人ひとり違うため、相手の気持ちを大切にしなければいけないことや、自分が嫌だと感じた時に、「I（アイ）メッセージ」を使って相手に伝えることを学習しました。



4年生「思春期にあられる変化」

思春期にあられる体や心の変化や、成長には個人差があることについて学習しました。

5年生「自分で自分を守ろう」

性に関する被害状況を知り、自分が被害者や加害者にならないためにできることを考えました。

6年生「いろいろな性ってなんだろう？」

性別は男女だけでは分けられず、誰もが自分らしく生きて良いことや、そのために自分ができることについて考えました。



学年毎に発達段階に応じた内容を学習しました。「性に関する教育」はとても大切なことですが、なかなかご家庭内で話し合う機会がないかもしれません。そのため、この機会にご家庭内でもお子さんと学習した内容について話をしていただけるとありがたいです。

体操着の寄付をお願いします

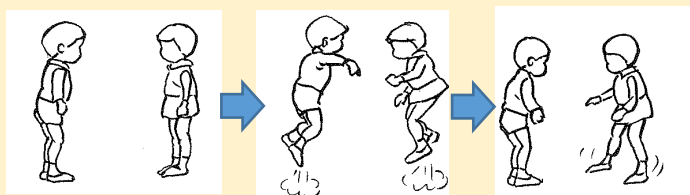
学校では体操着を忘れた場合や汚れてしまった場合に、保健室から貸出用の体操着を貸し出しているのですが、貸出用の体操着の大きいサイズが不足しています。

そのため、ご家庭内に使っていない体操着や赤白帽子がありましたら寄付をしていただくとありがたいです。よろしくお願いいたします。



家族みんなでやってみよう！ NO.3

全身じゃんけん



《やり方》

「最初はグー」で軽くジャンプして両足を閉じ、「じゃんけん」で両足で軽く飛び上がり、「ぽん」で【グー】か【チョキ】か【パー】を出します。

- 【グー】 両足を閉じる
- 【チョキ】 前後に足を開く
- 【パー】 両足を横に開く

【発展形】

全身じゃんけんをして勝った方が「あっちむいてホイ！」の掛け声で、上下左右前後のいずれかを全身で指し示します。負けた方も全身で反応します。示されたのと同じ方を向いてしまったら負けです。

※「あっちむいて…」の掛け声がかかったら両者とも両足を閉じた姿勢に戻ります。

