



インフルエンザ流行っています！

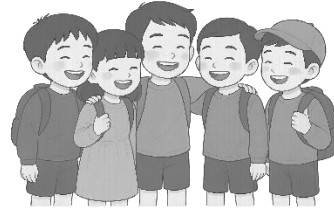
インフルエンザ B型が例年より早く発生していて、インフルエンザ A型とインフルエンザ B型の両方に罹る人がいるとニュースで聞きました。市内の小中学校でもインフルエンザ B型が流行り始めています。病気に負けずに元気に過ごすために、①早寝早起き②好き嫌いをなく食べる③運動するの3つを意識して、丈夫な体を作りましょう。寒い日が続いていますが、こまめな手洗いや換気をしていきましょう。先生たちもインフルエンザに負けないようにがんばります！

2月の保健目標 みんな仲良くしよう

♡ 仲良くすると、心がぽかぽか！

友達と仲良くできると、

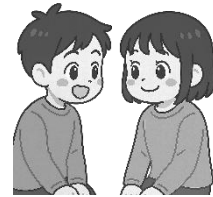
- ・心が温かくなる
- ・みんなが安心して過ごせる
- ・クラスの雰囲気が明るくなる



👂 まずは「聴く」ことから

仲良くするための第一歩は、「相手の話をよく聴くこと」です。

- ・目を見て最後まで話を聴く
- ・相手の気持ちを考えながら聴く
- ・いやな気持ちになる言葉を使わない（「うんうん」「へー」「そうなんだ」「すごいね」などが◎）



😊 「ありがとう」を言ってみよう

毎日の中で、小さな「ありがとう」がたくさんあります。

- ・ドアを開けてくれたとき
- ・えんぴつを拾ってくれたとき
- ・いっしょに遊んでくれたとき

言われた人もうれしいし、言った自分も気持ちがよくなりますね。



🦋 チャレンジしてみよう

- ◆ 毎日1回、だれかに「ありがとう」を言おう！
- ◆ 友達のいいところを見つけて伝えよう！

2月のメディアバランス DAYは2月10日（火）です。9日（月）にカードを配ります。

2月は「周りの人のよいところを見つけて相手に伝えよう！」に〇がつくようにがんばりましょう。伝えてもらった人が『ありがとう』と伝えれば、お互いに温かい気持ちになります。緑丘小を心がぽかぽかする温かい学校にしよう。