

3月 ほけんだより

令和7年3月17日 尾道市立高見小学校 保健室

4月に始まった学年ももう少して終わりますね。6年生は中学生に、1～5年生は新しい学年になります。みなさんにとってどんな1年でしたか。先生は、明るく温かい高見小のみなさんと関わることができてたくさん元気をもらった1年でした。何をするにも「元気」が1番です。これからも自分の体を大切に過ごしてくださいね。

もう少して春休みが始まります。環境の変化や季節の変わり目は、体調をくずしやすくなります。4月から気持ちよく元気に、いいスタートがきれるよう、春休みはしっかり心も体も休めてくださいね。



6年生のみなさん ご卒業おめでとうございます。



	1年生 4月	6年生 1月
身長	114.1cm	148.3cm
体重	20.8kg	41.2kg

今の6年生が1年生の時の身長と体重を比べてみると、この6年間でずいぶん大きくなったことが分かります。平均すると、身長は34.2cmのびて、体重は20.4kg増えました。成長の度合いは人によって差がありますが、1年生の時の写真を見ると大きくなったことを実感すると思います。また、体だけではなく、たくさんの経験を積み重ねて、心もだんだんと成長しています。心も体も大きな成長をとげたみなさんが中学校でもがんばる姿を楽しみにしています！



「らしさ」って
なんだろう？

「女の子らしく」とか「男の子らしく」と聞いて「あれ？」と思ったことはありませんか？ そもそも「らしさ」ってなんだろう？「らしさ」とは、そのものにふさわしい様子や行動を意味します。ふさわしいとは、「大半の人がそう思うだろう」という考え方のことです。

でも、性別も国籍も関係なく、みんなに大切にしてほしいのは“自分の体と心”。人に決められた「らしさ」がきゅうくつに感じてしまったとき、そのわくにむりやり当てはまるように自分を変える必要はありません。体と心が納得できる「自分らしさ」を認め合える社会になるといいですね。



保護者の皆様へ

今年度もありがとうございました！

今年度も学校保健へのご理解とご協力をいただきまして、本当にありがとうございました。無事、今年度の終わりを迎えることができたのは保護者の皆様のご協力のおかげです。来年度も子供たちが安心・安全に学校生活を送ることができるよう全教職員で取り組んで参ります。どうぞよろしくお願いいたします。