

ほけんだより(ニコロ) じょ

令和7年5月 大田市立秦野小学校保健室



みんなもし、はいをした
ことがあるとおもいます。
し、ぱーしたとき、どんな
キもちになりますか。



し、ぱーといふのは
うまくいかなかたこと
や、おもだとおりにで
きなかたことです。
たとえば：

かけこいで
こうんだり

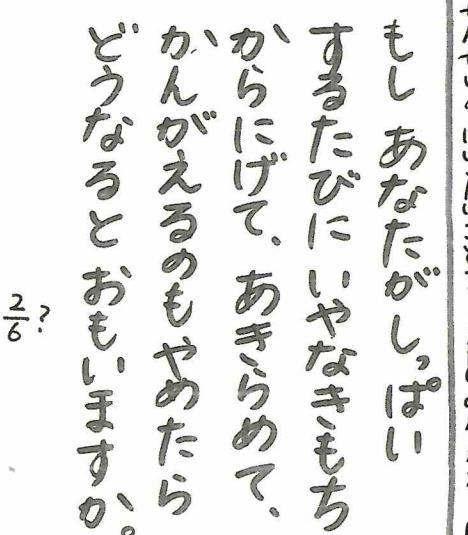
みんなにしておいてほしいのは、しばい
するといやなキモチになるかもれないけど、
しはいはわるいことじゃないと、ううことです。



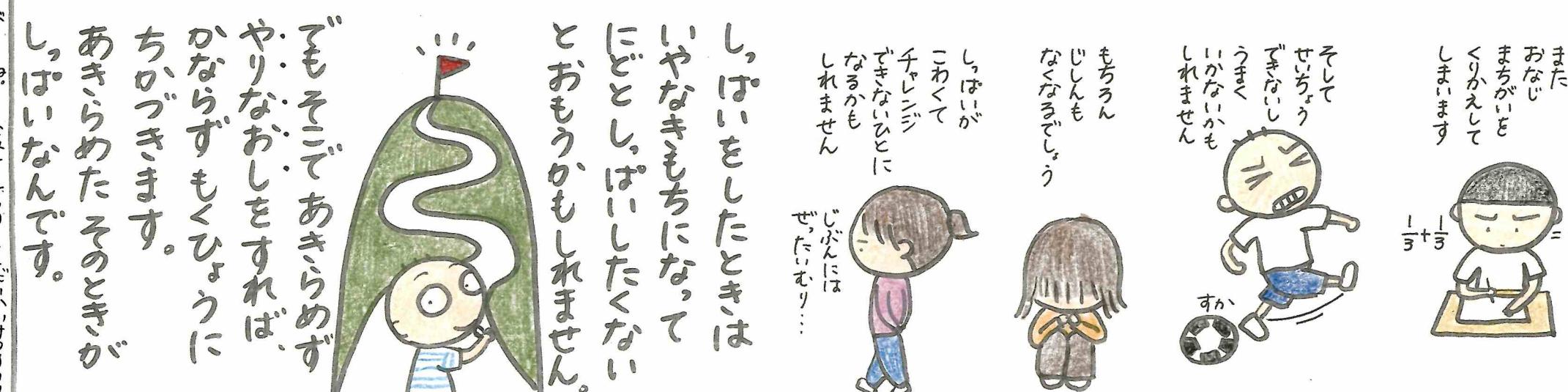
「やつをもう少しにのても
あきらめなかたから、
そしてどうしたらうまく
いくかがんがえたから、
いまのあなたがいます。



A four-panel comic strip. Panel 1: A boy with a worried expression, looking at a blue shirt with a button. The text above him reads: やってみよう (Let's try it). Panel 2: The boy has successfully opened the button and is looking at it with a surprised expression. The text above him reads: もう一かいいよ (One more time). Panel 3: The boy is now very angry, with a scowling face and his hands clenched. The text above him reads: ほい!! (Hoi!!). Panel 4: The boy is back to his original worried state, holding the shirt. The text above him reads: ちえ (Chie).



A hand-drawn illustration of a character with a large head and a striped shirt, looking up at a green hill with a winding path and a flag.



むかみせんせいのさいきんのじは、よぼうをおこしててこえがでなくてはならぬ。

むかみせんせいのさきんのしほいは、よばうをおこなっておどりでこえがでなくなつて **チケレダエリ(ーる)** しまつことです。(かもなにかんじんのひ。 やぱり、こま、たづねへとじくいんじつでほら)

一ことがあります。
しゃべりしたとき、どんな
キもちになりますか。

だらい くやしい
むりくわい いからい
かわいい
ふあん はづかしい

いやばきもちになても
あきらめなかつから、
そしてどうしたらうまく
いくか、がんがえたから、
いまのあなたがいます。

うまく うまく うまく
な、だよ!! な、だよ!! な、だよ!!

でもそこであきらめず、
やりなおしをすれば、
がならずもくひょうに
かづきます。

あきらめたそのとき、が
し、ばいなんです。

にリスペクトです。ありがとうございました。

し、ぱいはたからもの①
し、ぱいってなんだろう
てほしいのは、し、ぱい
するといやなキモちに
なるかもしれないけど、
し、ぱいはわかることじゃ
ない」ということです。
「うまくいかなかたこと
や、「おもたとおりにで
きなかたこと」です。

みんなにしておいで
からにげて、あきらめて、
かんがえるのもやめたら
どうなるとおもいますか。

し、ぱいをしたときは
いやなキモちにな、ても
あきらめなかたから、
そしてどうしたらうまく
いくかがんがえたから、
いまのあなたがいます。

し、ぱいをしたときは
いやなキモちにな、て
にどとし、し、ぱいしたくな
とおもうかもしれません。

し、ぱいをしたときは
いやなキモちにな、て
にどとし、し、ぱいしたくな
とおもうかもしれません。

し、ぱいはたからもの②
令和7年5月 天田市立秦野小学校保健室

＜7イズのこたえ＞ ① | ② にぎりこぶし ③ きんにく ④ けつえき(ち)

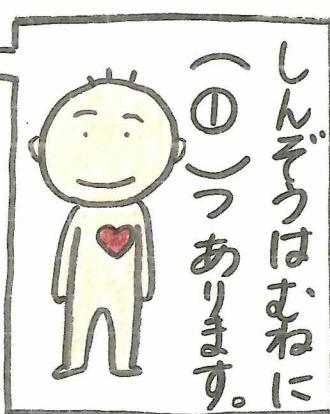
ほけんだより(からだ) ⑤3 ⑥のう

せんじできたひとは しんぞうハカセです!!

A hand-drawn illustration featuring a sun with rays, a yellow banana, a thermometer showing 29°C, a clock showing approximately 10:10, and two strawberries. One strawberry is sad and sweating, while the other is happy under a blue and green umbrella. The text around the strawberries reads: 'あめのひも はれのひも' (rainy day, sunny day), 'ひまわり ひまわり ひまわり' (sunflower, sunflower, sunflower), 'じこひこ ても しあひまで' (jiko hiko to mo shiahi made), and 'いちでは 8まんかい' (one is 8 manかい).

（③）で
（③）が

しんぞう
おおき、ほ
じぶんの
（②）
くらいです。



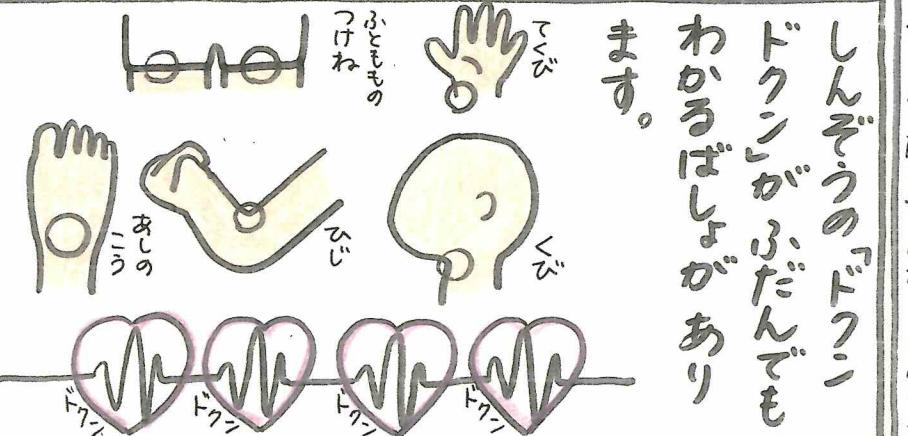
からだのはたらきをしよう
しんごうのはたらき

はしたあとや キんぢう
したとき、「ドクン ドクン」
とむねのおどがなるの
をかんじませんか。これ
はしんぞうがけえキ(ち)
をからだにおくりだして
いるおどです。はしたとき、
やきんぢうしたときは、い
つもよりたくさんかけえキ、
(ち)をおくるので、ふだん
よりも「ドクン ドクン」を
かんじやすくなります。

A large, hand-drawn style illustration of a red circle, representing a tomato. The circle is filled with a textured red color. A white, irregular shape resembling a bite mark or a piece cut out is visible on the lower-left side of the circle. The entire drawing is set against a white background.

みぎのばしょを
⑤ほんのゆびで
ふれてみてください。
ドクンドクンのはやく、
がわかります。

こうはしんぞうに
あるとおもている
ひとがたくさんいます。



しんぞうの「しん」を
かんじでかくと、「ニ
ろ(じ)」というじを
かきます。また、きん
ちゅうするとドクハド
クンして、しんぞうと
「ニニろ」がおなじよう、
うごくからがもしれ
ません。でも、「ニニろ」は
（⑥）にあります。

↓めちくちぎいやん東てかんじてほしいし、そんなじぶんを
たいせつにしてほしい(けんこうでいい)みたいとねがでいるからです。！
2ねんせいは

おうちのひとやせんせいといいしょにふんでくださいます。3・4ねんせいはじぶんひとりでふんでみましょ。5・6ねんせいはどんどんちきをつみあげていくてくださいます。ロボットでふりかえりをしてくらべるクラスをぼくたちゅう!ひとつおへんじます!!