

ほけんだより(ニコろ)

令和7年5月 沢田市立秦野小学校保健室

しゅはいはたからもの①
しゅはいってなんだらう

「しゅはいというのは、うまくいかなかったこと、や「おもったとおり」にで、きなかつたこと」です。

たとえば…



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



どちらかといえは、いいキもちではなく、いやなキもちになるひとが、おおいんじゃないかな。

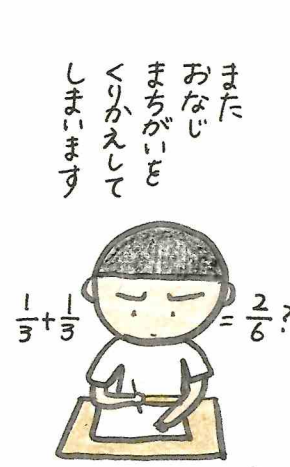
みんなにしゅ、ておいてほしいのは、しゅはいするといやなキもちになるかもしれないけど、しゅはいはわるいことじゃないという事です。



いやなキもちになつても、あきらめなかつたから、そしてどうしたらうまくいくかかんがえたから、いまのあなたがいます。



もしあなたがしゅはいするたびに、いやなキもちからにげて、あきらめて、かんがえるのをやめたら、どうなるとおもいますか。



しゅはいをしたときは、いやなキもちになつて、にどとしゅはいしたくないとおもうかもしれない。



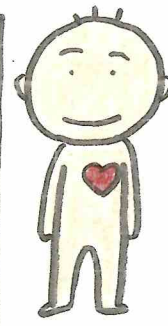
でもそこであきらめず、やりなおしをすれば、かならずうまくひやうにちがひつきます。あきらめたそのとき、しゅはいなんです。

うはなしてこれるようにしてもらいました。エくんすすすす!! ありがとうね。こえもてきううしてくれたYくんもありがとうね。まづなみせんせいの もんだい、いけつうううう

やいて、まづなみせんせいが「6ねんのエくん」にやてもらおう」とていあんしてくだナリ。エくんが むらみせんせいの いいたいことと、いふふがかわりに

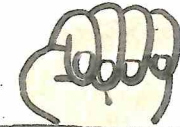
令和7年5月 池田市立秦野小学校保健室

からだのはたらきをしよう①
しんぞうのはたらき



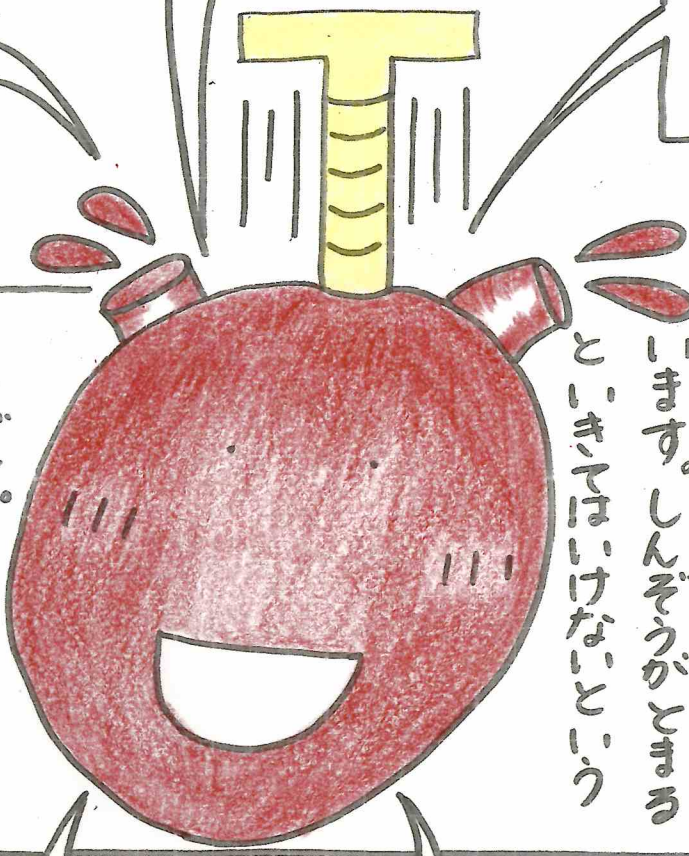
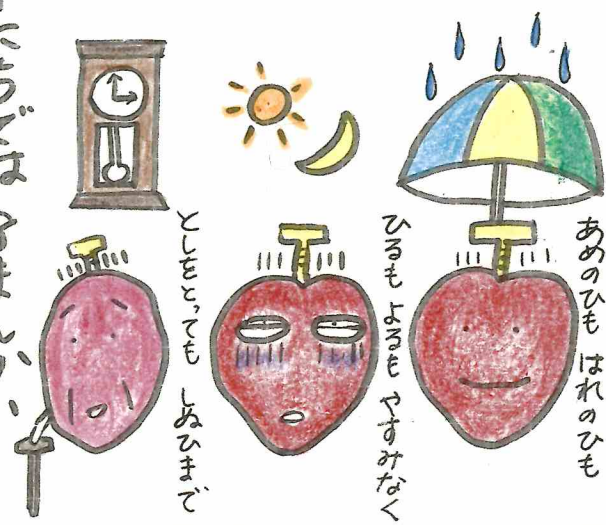
しんぞうはむねに
① つあります。
しんぞうの
クイズです。
こたえは
まわりに。

しんぞうの
おおきさは
じぶんの
②)
くらいです。



しんぞうは
③)で
できています
③)が
じぶんで
ちぢんだり
のびたり
します。

ーぶんかんに60かい(④)
をおくりだします。

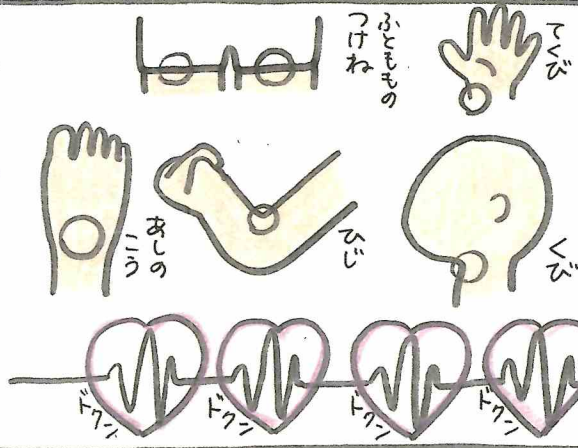


にんげんがいきるためには
みずとへんそとえいようが
ひつようです。これらを
はこんでいるのはけつえき
(ち)です。でも、けつえき
(ち)はじぶんでながれる
ことができません。そこで
しんぞうのポンプです。
しんぞうはポンプのよう
にちぢんだりふくらん
だりしてけつえき(ち)を
からだじゅうにおしだして
います。しんぞうがとまる
といきではいけないといふ

ことです。

はしたあとやきんちう
したとき、「ドクンドクン」
とむねのおとがなるの
をかんじませんか。これ
はしんぞうがけつえき(ち)
をからだにおくりだして
いるおとです。はしたとき
やきんちうしたときはい
つもよりたくさんけつえき
(ち)をおくるので、「だん
よりも「ドクンドクン」を
かんじやすくなります。

しんぞうの「ドクン」
「ドクン」がふだんでも
わかるでしょうがあリ
ます。



みぎのばしを
⑤)ぼんのゆびで
ふれてみてください。
ドクンドクンのはやさ
がわかります。

こころはしんぞうに
あるとおもっている
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、「こ
ろ(じ)」というじを
かきます。また、きん
ちうするとドクンド
クンして、しんぞうと
こころがおなじよう
うごくからかもしれ
ません。でもこころは
⑥)にあります。

めくちくちすこいやん!! かんじてほしいし、そんないぶんをたいせつにしてほしい、けんこつでいてほしいとねがっているからです。ー2ねんせい

こねんどのからだシリーズはからだのいろいろなばしょでどんなはたらきをしていふのか、おぼえたいとおもいます。からだでいろいろな、じぶんで