



ほけんだより

2024(R6).3

すくすく 3月号

ポカポカとした日差しとともに春を感じさせる日が多くなってきました。
桜の木もよく見てみるとつぼみがふくらんできています。
白檀南小学校としての学校生活もあと残りわずかです。
感染症に気をつけて元気に楽しく過ごせるといいですね。



3月3日は耳の日

耳を大切にしよう!

イヤホン
難聴
に
注意!



イヤホンなどで大音量・長時間聴く生活を続けると、耳の中の音を伝える細胞が少しずつ壊れ、聞こえにくくなるイヤホン難聴になるかもしれません。
イヤホン難聴は治りません。イヤホンは正しく使い、耳を守りましょう。

イヤホンの使い方

- ・周りの人の声が聞こえるくらいの音量にする
- ・1日1時間未満の使用にする

あなたには、大切な人はいますか？ 友だちは何人いますか？

大切な人や友だちがいると、毎日の生活が楽しくなったり、元気が出てきたりします。大

切な人、友だちとは、いい関係を続けたいですね。

いい関係づくり、できていますか？

下の5つのポイントができているかチェックしよう!

おはよー!

できた

あいさつをしよう!

やくそく
まも
約束は守ろう!

できた

悪口

わるくち
い
悪口を言うのは
やめよう!

できた

どうしたの?

いつもと
ようす
がちが
違ったら
こえ
声をかけよう!

できた

わる
おも
悪いと思ったら
あやまろう!

できた