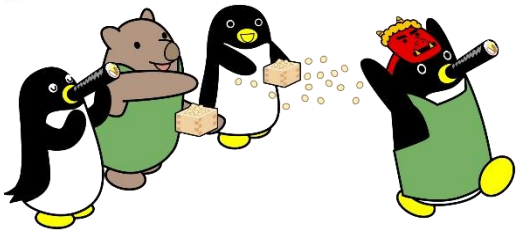
ほけんだより

のびのび

豊明市立二村台小学校
令和６年２月



２月になりました。まだまだ寒い日は続きます。

かぜやインフルエンザにならないように、しっかり手洗い・うがいをして、寒い日も元気に過ごしましょう。

２月のほけんもくひょう

自分を大切にしよう

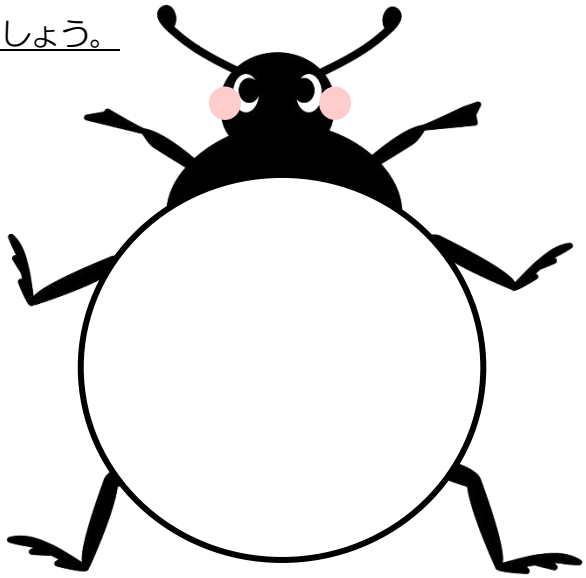
＊自分の心を見つめてみましょう＊

どんな「こころの虫」が住んでいる？

あなたの中に、あなたを困らせている「こころの虫」がいませんか？

「泣き虫」「イライラ虫」「勉強きらい虫」などが、自分のこころに住み着いている人もいるかもしれませんね。

あなたを困らせている「こころの虫」の名前を書いてみましょう。



どんな虫が住んでいたかな？

「こころの虫」が出てきた時は、「ふう。」と一息つきましょう。

「こころの虫」と仲良くできるといいですね。

（保健室に「こころの虫」のコーナーを作りました！よかったら持ってきてね♪）