

ほけんだより

11月

南永小学校保健室

令和5年11月3日

11月23日は勤労感謝の日です。もともとは「新嘗祭」という飛鳥時代から続くお祭りで、その年に

収穫したお米を神様にささげて感謝し、来年の豊作を祈る日でした。現代の豊かな食卓も、その裏

にはたくさんの人たちの働きがあります。食欲の秋を楽しみながら、誰かの働きに「ありがとう」の

気持ちを持てるといいですね。



11月
ほけん目標

心の健康について
考えよう



ごめんなさいって言えるかな？

「ごめん」って

ぼくの口があかないんだ

口に力が入って。

手に力を入れて書くよ。

ごめん

小学2年生の男の子が書いた「日本一短い手紙」です。

「ごめん」と言うのは、とても難しいですよ。

でも「もやもや」を抱えながら過ごすより、素直

に言ったほうが楽になるかもしれません。言葉で伝えるのが

苦手な人は、ほかの方法を一緒に考えてみませんか？

反対に、いつも「ごめん」ばかり言ってしまう人は、口癖

を「ありがとう」に変えてみましょう。小さな親切には「あ

りかとう」と返すほうが、相手も優し

い気持ちになれますよ。



