

# ほけんだより3月

作成者

1年5組 保健委員

1年6組 保健委員

## つながりは、やさしいことば

今まであたりまえにできたことができなくなったとき、「ああ、大切だったんだな」って、感じることはありませんか？

この一年はコロナでできないことがたくさんありました。学校でみんなと会えなかったり、距離をいつも開けていなくちゃいけなかったり。そんな中で「つながる」ことの大切さをつくづく感じていたように思います。

直接会えなくても、くっつけなくても、つながることができるのは、私たちにことばがあるから。だからことばはやさしく、あったかいものにしたいですね。

次の学年でも、みなさんがやさしいことばとともに過ごせますように。

with コロナの  
今だからこそ。



## 音のマナー 守れていますか？

### こんな実験があります

滝の流れる音と深夜のテレビで流れる「ザー」という音。映像を見ずに音だけを聞いた人は、どちらも「不快」と感



じました。しかし、同じ音でも滝の映像を見せて聞かせると「気持ち

いい」という回答が多くあったのです。実は、この2つの音の特性はほとんど同じ。音に対する人間の反応は、とても「主観的」だということがよくわかる実験です。

同じ音でも、人によって感じ方はさまざまです。大好きな曲でも、隣の人のイヤホンから漏れてきたり、集中したいときに聞こえてくると、「嫌だな」と感じるかもしれません。音のマナー、守れていますか？



## 「女の子らしさ」って何だ？

「女の子らしくしなさい」とか「日本人らしいね」とか言われて「あれ？」と思ったことはありませんか？そもそも「らしさ」ってなんだろう？



「らしさ」とは、そのものにふさわしい様子や行動を意味します。ふさわしいとは「大半の人がそう思うだろう」という考え方のことです。

でも、性別も国籍も関係なく、みんなに大切にしてほしいのは《自分の体と心》。人に決められた「らしさ」が窮屈に感じてしまったとき、その枠に無理やり当てはまるように自分を変える必要はありません。

心と体が納得できる、「自分らしさ」を認め合える社会になるといいですよ。



## あれ？もう1年終わりがあ...

もうすぐ、学年末。この1年はなんだかとっても早かったなと感じませんか？



「出来事の多さが時間の感覚を変える」と言われています。遠足や運動会など、イベントがたくさんあると長く感じ、毎日同じことの繰り返しだとあっという間に過ぎたと感じるそうです。

今年はコロナの影響で縮小・中止になってしまった行事も多かったので「早かったな」と感じるかもしれません。

まだまだウイルスとの戦いは続きそうですが、新しい学年は充実した1年になりますように。



春休みの間に、元気をたくわえておいてくださいな。