



第11号 令和7年3月19日  
不土野小学校 保健室



もうすぐ3学期も終了します。6年生のみなさんは、卒業ですね。おめでとうございます。1、2、4年生も次の学年に進級します。この1年間、たくさんの経験をして少しづつ成長することができましたね。4月からも元気に頑張りましょう！



3月18日時点の記録です



その他の理由で来た人数は  
18人でした

1年間の振り返り できたかな？



早寝早起き



朝ごはんを食べる



手洗い・うがい



歯みがき



適度な運動



友だちと仲良く



ストレス解消



好き嫌いせず食べる



# イルカや コウモリの 会話

## かいわ 会話

# は聞こえなし



はな  
話

ごえ おんがく くるま おと わたし みみ おと き おと き  
し声、音楽、車の音…私たちは耳でいろいろな音を聞きます。どんな音でも聞こえるよ  
うに感じますが、実は聞こえない音もたくさんあります。

たと  
えば、イルカやコウモリは音を使って仲間と会話します。しかし、人には聞こえないくら  
い高い音（超音波）で会話しているため、私たちには聞こえないのです。

ひと き おと たか はんい はんい しら  
このように、人が聞ける音の高さには“範囲”があります。その範囲を調べる  
のが、毎年学校で行う聴力検査。ヘッドフォンから「ピー・ピー」と高い音や低  
い音が流れますが、これでどこまでの高さの音が聞こえているかがわかります。

らいねん ちようりょくけんさ おと たか いしき う  
来年の聴力検査では、音の高さも意識して受けてみてくださいね。



こういうことに  
気を付けよう！

みみ もと おお こえ  
耳元で大きな声を  
だ  
出さない



はな  
鼻をかむときは  
かた ほう  
片方ずつ



みみ ちか  
耳の近くを  
たたかない



みみ いぶつ  
耳に異物を  
入れない

## き じょうへす そう だん あい て 聞き上手 相談相手

になって

になろう



なに なや とも  
何かに悩んだとき友だち  
はなし き こころ  
に話を聞いてもらって心が  
かる 軽くなった人は多いと思  
います。でも逆に相談されると「どうやって  
き こま  
聞く…」と困ってしまっていませんか。  
き かた  
聞き方にもコツがあります。

### 話し聞くときのコツ

- 相手のことを理解したいと思って  
はなし き  
話を聞く
- 相手の目を見て聞く  
あいて め み き
- うなずくなど相槌を打つ  
あいて はなし く かえ
- 相手の話を繰り返す  
はなし
- 「こういうことなんだね」と話を  
まとめる

いしき とも はなし き  
このコツを意識して友だちの話を聞いて  
みましょう。深刻な悩みのときは、大人に  
そだん しんこく なや  
相談したほうがいい場合も。

ちから とも きよか  
そのほうが力になれること  
もあります。友だちの許可  
と そだん そだん  
を取って相談しましょう。

