

ほけんだより 3月

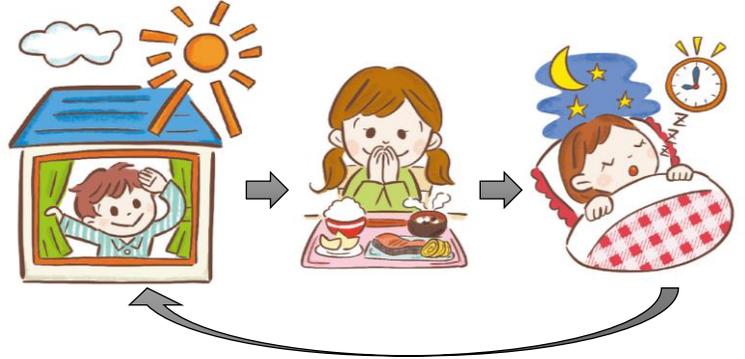
上峰小学校
保健室
2025.3.10発行

はる あしあと き
春の足音が聞こえてきました。

6年生はもうすぐ卒業ですね。みなさんの成長をたくさん見ることができて嬉しいです。いつも下級生に優しく、何事にも前向きに挑戦していた姿が素敵でした。

在校生のみなさんも進級まであと少しです。ドキドキ・ワクワクの新しいスタートに向けて、生活リズムを整えましょう。

よいリズムは「はやおき」から！



なやみがあるとき、だれに相談する？

「AI」について 知っておいてほしいこと



AIを使ったサービスが身近になってきました。AIとは、人間が作ったコンピューターのしくみで、質問に答えたりお話ししたりできるものです。「人工知能」ともいいます。

AIは、やさしい言葉を返してくれるので、話すことで気持ちがおちつくこともあるかもしれません。

でも、AIは本当に心で感じているわけではありません。AIは人の言葉や話し方を覚えて、やさしい言葉を返しています。人のように泣いたり笑ったりすることはないのです。

だから、悲しいときや辛いときは、家族や友だち、先生など、そばにいる人に話してみてください。一緒に泣いたり笑ったりしながら、話を聞いてくれる人がきっといますよ。



ほけんしつりようしやすう 保健室利用者数(人)

	けが	びょうき 病気	そうだん 相談	ほか 他	ごうけい 合計
がつ 2月	116	129	26	1	272
ねんかん 1年間	1284	1011	168	22	2485

※1年間の来室者…4月～3月6日までの合計

他の人が休養しやすいよう静かに過ごすなど、保健室のマナーもよく守られていました。これからも、みんなが使いやすい保健室にしていきたいと思います。

保護者の方へ

◎書類の出し忘れはありませんか？

けがの書類など、保健室へ提出する書類はなるべく修了式までにご提出ください。

◎食事・睡眠・コミュニケーションが心の栄養♡

「寝不足で頭が働かない」と感じるような、体と心(脳)は密接につながっています。十分な食事と睡眠、そしてコミュニケーションが心の栄養になります。新年度に向けて、サポートをよろしくお願いいたします。

1年間ありがとう
ございました！

