

ほけんたより

5月

令和元年5月7日 牧野小学校＊ほけんしつ

なかよくなるための第一歩

新しいクラスになって1ヶ月がたちました。新しいクラスの仲間とも
友だちになれましたか？初めての人に話しかけることが少し苦手な人は、
“ちょっと勇氣”をだして話しかけてみましょう。すぐに友だちになれる
かも・・・でも、新しいクラスになれてきて「ホッ」として疲れがでてく
る人もいるかもしれません。生活リズムをととのえて
ゆっくりあせらず元気にすごしましょう。



5月の保健行事(+6月はじめ)

14日(火)	尿検査2回目
17日(金)	眼科検診(1・3・4年)
21日(火)	耳鼻科検診(1・3年)
24日(金)	尿検査3回目
	眼科検診(2・5・6年)
28日(火)	12誘導心電図(対象者のみ)
6月 3日(月)	歯科検診(3・5年)
6日(木)	歯科検診(1・4年)

聴力検査(1・2・3・
5年)も5月中に行う
予定です。



つめ、切ってますか～？

つめは物を持ったり、指先を守ったりするために
なくてはならないものですが、のびすぎはきけんです。
つめがのびていると、友だちに当たってけがをさせ
たり、つめが折れて痛い思いをすることもあります。



手のひらの方から指先をみたとき、つめがはっきりと見え
たら、のびすぎのサインです。1週間に1回はチェックする
ようにしましょう。

みんなの保健室 キーワードは「思いやり」

保健室で休んでいる人のために

ちょっと声の大きさを
控えめにする思いやり。

次に使う人のために

借りたものは
ていねいに使って、
早めに返す思いやり。

今、本当に保健室を
必要としている人のために

緊急ではないときは、
先に譲る思いやり。

「みんなにとって居心地のいい保健室」
をキープするために、
あたたかい思いやりをお願いします。

ケガは少しの注意でふせげます

新学期的緊張がほぐれてくる5月。
疲れがどっとでたり、気がゆるんだ
りで、ケガも少し
多くなります。こ
んなことに注意！



登下校中は

- × おしゃべりに夢中
- × 道路でふざける
- × 赤信号をムリにわたる
- × 車のかけから飛びだす

校舎や運動場では

- × ろうかを走る
- × そうじの時間にふざける
- × 遊具をまちがった方法で使う
- × つめがのびている

あとから後悔す
るより、ちょっと
した注意でケガを
ふせぎましょう。

