

にこにこ

R7.4.9 発行

入学・進級おめでとうございます。児童用保健だよりのタイトルは「にこにこ」です。笑顔は、周りの人を元気にしてくれるだけではなく、かぜや病気にかかりにくくなる力（免疫力）をアップさせてくれる効果があるそうです。

みなさんが明るく元気に、にこにこ笑顔で学校生活を送れるように、保健室から応援しています。



保健室のドアには、保健室の先生がどこにいるのか、かけてあります。

保健室はこんなところです

「特別な場所」ではなく、だれでも利用できる「みんなの場所」です。

ケガの手当て
をしてくれる

体調が悪いときに
休める

悩みを
相談できる

体や心について
聞ける

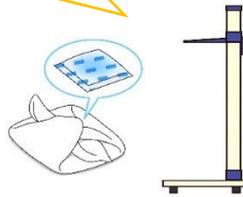
約束を守って利用しましょう

担任の先生に伝え
てから利用します。
保健室に入るとき、
出るときには、あい
さつをわすれずに。

学校で手当て
をした後は、家
で手当てをする
ようにしましょ
う。

保健室のものを使
いたいときは、一言
ことわってから。借
りた物は忘れずに返
しましょう。

体調が悪くて
休んでいる人もい
ます。保健室では
静かにすごしまし
ょう。



おな しょうじょう りゆう 同じ症状でも理由はさまざま

同じ「^{なか} ^{いた}お腹が痛い」でも……

^{きゅうく}給食を
食べすぎてしまった



^{なか}お腹をくだして
^{きもち} ^{わる}さもある
気持ち悪さもある

^{さいきん}最近うんちが
出ていない

^{なか}どこかにお腹を
ぶつけてしまった

^{くあい} ^{わる}具合が悪くなった原因を、
^{せんせい}先生と一緒に ^{かんが}考え、^{じぶん}自分の
^{けんこう}健康を見つめなおす^{きかい}機会にし
ていきましょう。

いつ どこで
どうしていたら

どこが
どうなった



おし くわしく教えてください！

けがの^{じょうたい}状態によって、どんな^{おうきゅうてあて}応急手当をするか、^{びょういん}病院に行って
^{ちりょう}治療したほうがよいのかを^{はんだん}判断します。

ゆっくりでだいじょうぶ。自分の^{じぶん}言葉^{ことば}で伝えてください。

せいけつ しゅうかん 「清潔の習慣」できていますか？

^{からだ}体を清潔にすることは、^{けんこう}健康のためだけではなく、その人の^{ひと}印象^{いんしょう}にも大きく関わってきます。
^{まわ}周りの人から言われなくても、^{せいけつ}清潔にする習慣を身に付けていけるといいですね。

いつも^{せつ}石けんでしっかりと
手を洗っている。

- ☆家に帰った時
- ☆外で遊んだ後
- ☆掃除の後
- ☆ご飯を食べる前
- ☆トイレの後



^{まいにち}毎日お風呂で、きれいに
^{からだ} ^{あら}体を洗っている。



ご飯を食べた後は、^は歯を
みがいている。



きれいなハンカチと
ティッシュを毎日持ってきて
いる。



^{つめ} ^{なが}爪が長くなったら、^き切っ
ている。

