



令和4年度 東野小学校保健室

2学期は with コロナではありましたが、様々な学校行事が盛りだくさんでした。保健室では見る事が出来ない、みなさんの真剣な表情や、楽しそうな姿にたくさんの癒しとパワーをもらいました。寒さが厳しくなり、体調不良で欠席する児童が増えています。冬休みも「病気に負けない体づくり」をつづけて、新しい年を気持ちよく迎えましょう。

思いやりをつたえよう



2022 年もあとわずか。この 1 年がんばったこと、くやしかったこと、いろいろあったと思います。そんなときにそばにいてくれた人に、そしてあきらめなかった自分にも、思いやりやいたわりの言葉をかけてみませんか？

『やさしい言葉は、たとえ簡単な言葉でも、ずっとずっと心にこだまする』

マザー・テレサの言葉です。みなさんも、1 年のしめくりに「やさしい言葉」をだれかに（自分でも OK）伝えてみてください。

保健室からの宿題のおねがい

宿題① 冬休み健康ビンゴ～いくつビンゴがつかれるかな？

冬休みはクリスマスにお正月などいろいろなイベントがあり、生活リズムが乱れやすくなります。健康ビンゴは、生活リズム、歯みがき・メディアコントロール・お手伝いをがんばると「たて」「よこ」「ななめ」のビンゴが完成できます。たくさんビンゴを作って、心と体の健康を整える冬休みにしましょう。

※保護者からの一言を書くところがあります。ご協力お願いいたします。

宿題② 健康観察カード

1月分の健康観察カードを 23 日に配付します。1月から記入して頂き、11 日に提出してください。12月分の健康観察カードはご家庭で保管をお願いします。



健康委員が手洗いキャンペーンを実施しました。

健康委員が「手洗いキャンペーン」を4日間にわたり、実施しました。きっかけは「最近手あらいが適当な人が多い気がする」と言う6年生の発言からでした。そこで、もう一度自分の手あらいについて見直すきっかけとして手あらいスタンプを使用したキャンペーンを実施しました。スタンプを落とすために、子どもたちはしっかり石けんを泡立てて熱心に洗っていました。

手あらいは自分の体を病気から守る一番簡単な方法です。小学校のうちに正しい「手あらい」を身につけていきましょう。



健康委員のみなさんおつかれさまでした！