



みんなげんきね

令和6年度 2月号 峰小学校 保健室



おうちのひと
と一緒に読みましょう。

1月22日以降、峰小でインフルエンザの児童は0人の日が続いていましたが、2月に入ってから、また少しずつ出始めました。(12日現在7名)市内では、インフルエンザに加え、新型コロナウイルスに感染している人も増えているようなので、引き続き、感染症の予防を心がけていきましょう。

今月の保健目標

心の健康を
考えよう

友だちを
大切に



友だちにこんなことをしていませんか？

- ☒ 自分の考えを押しつける
- ☒ がんばっていることをからかう

どんなに仲が良くても、笑っていても
心は傷ついているかもしれません。

友だちを大切にするヒント

- 元気がなかったら、声をかけて話を聞く
- いつでも感謝の気持ちを伝える

大切なのは相手の気持ちになって考えること。友だちとずっと仲良しでいよう。

友だちにどっちの言葉をたくさん使っていますか？

ださい
あっち行け
どうでもいい
キライ
バカ



ありがとう
いいね
大丈夫？
おめでとう
手伝うよ

左側の言葉は、相手の心が傷ついたり、悲しくなる言葉です。右側の言葉は、相手が勇気づけられたり、明るい気持ちになる言葉です。

あなたも、失敗した時に「ださい」と笑われて悲しくなったことや、友だちのためにした行動に「ありがとう」と言われてうれしくなった

ことがあるのではないのでしょうか。同じように、あなたの言葉にも相手の気持ちを変える大きな力があります。

日頃から「どんな言葉を使うと相手が喜ぶかな？」と考えるようにすると、きっとずっと仲良くいられますよ。



誰かがけがや具合が悪かったときに、自然に「大丈夫？」「痛そうだね。」と言える峰小のみんな。それも学年を超えて…。わざわざ理由をつけて「すぐ良くなるよ！」と言いに来た人もいました。また、「何かお手伝いありますか？」と来てくれる人もいます。(←いつもありがとう。)

ふわふわ言葉を言われたときや言ったときに、脳の中に“エンドルフィン”という物質が出てきます。このエンドルフィン、みんなに元気や勇気、やる気を与えてくれます。

きょう 保健室は、ふわふわ言葉であふれています



だ かんそう しょうかい 歯垢のそめ出し 感想を紹介します！

おも いじょう あか
思った以上に赤くそまった。
よくみがけていないことにき
がついたので、あした かがみ
を見てしっかり歯をみがく。

ねんせい
1年生のときよりも、き
れいにみがけていてうれ
しい。3年生では赤い
をなくす。

あか そ
赤く染まったところを
いしき 意識して、仕上げみがき
もきをつけようと思いま
した。(おうちの方)

おくは よこ
奥歯がすごく汚れていた。むし歯にな
ったことはないけれど、よご
れがわかったので、今回、歯をきれい
にできてよかった。



ねんかん ばん
4年間やってきて、1番
きれいだった。これからも
歯をきれいにみがきたい。



- ぼうし・マスク・めがねをつける。
- つるつるした素材の服を着る。
- 家に入る前に、花粉を払い落とす。
- 手洗い・うがいをする。
- 顔を洗う。
- 天気予報で花粉の量をチェックする。



日本スポーツ振興センター災害給付申請について

学校の管理下において負傷し、医療機関を受診した場合、条件を満たせば日本スポーツ振興センターの災害共済給付を申請できます。申請には、医療機関で記入していただく書類の提出が必要です。

○書類をお持ちの方で、**申請するかどうかを学校に伝えていない場合は、速やかにお知らせ願います。**

※申請には、けがの発生状況を詳しく記した報告書を作成しています。来年度、担任が変わったり、他校への異動があったりすると、報告書の作成が困難になることもありますので、お早めにお知らせください。

○申請したいが、手元に申請書類がない場合は、学級担任にお申し出ください。

ご不明な点は、保健室までお問い合わせください。



申請する場合は、**時効があります**ので、早めのご提出をお願いいたします。