

ほけんだより

わらふく

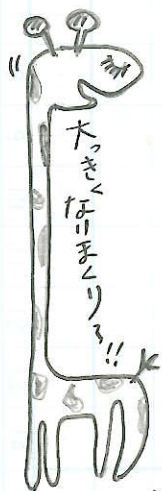


令和6年
5月2日
高根中学校
保健室

考えたこと
ありますか？

身長・体重・視力は
毎年測るんだろう？

どうして 毎年測るんだろう？



バランスよく大きくな
っていますか？

急に体重が増えたり
減ったりしてないかな？

黒板

ちゃんと見えていますか？

理科室・美術室・特別教室もOK？

(オヤ？と思ったら測り直しにきてください)

勉強、部活を
がんばるための
キボンのキボン

バランスよく身体が大きくなり、元気に
活動するための 十分な視力・聴力がある

...というところで
最近とっても気になる
みなさんの 姿勢

ぐんぐんと身長が伸びたみなさん...
机とイスの高さは 身体に合っていますか？

保健委員会では
グーパーペンション
キャンペーンを
始めます。

保健委員さんの
話をしっかり
きいてみてネ。



- × 足ふらふら
- × 背中まんまる
- × おちつかない



- × 足だらしない
- × 目とノートが近い
- × 前が見えづらい

合っていない人は器具を
かりてきて直すように
しましょう

自分の言葉でお話してみませんか？

... というテーマで書いてみたい 5月の気分...

- ◇ 1年生...そろそろ1ヶ月、中学校はなれてきましたか？
- ◇ 2年生...あたり前の言葉のセリトリがいかげんになっていませんか？

保健室には、日頃いろいろな ~~困~~ った!! ... がまいいんできます。



★ 自分のことは自分で伝えてほしい

基本の
困①

「がしチャッ」
おなかが痛くなってきた...

「いつ、どこで、何をしていたら
どこが、どうなった？」



自分のことを一番わかるのは自分です!!

基本の
困②

提出物ピンチ

- ・ 調査票がみあたらない
- ・ 尿検査の容器 なくした?!

これ、担任の先生に伝える
だけでは 解決しませんよね...!

★ 一人でかえす話してみよう

あるある
困③

- ▽ 今、お友達と気まずい
- ▽ 先生に怒られちゃった
- ▽ 朝、親とバツきた...



...って、さあどうしましょうか、考えよう

レアな
困④

できごと、できないことあり!!

- ※ ほけんしつって
おき傘ありますか？
- ※ ちょっと熱があったってこと
に してもらえませんか〜
- ※ ボタンとれちゃいました...

※ うわばき借りにく人多いです。...か
ほけんしつには 置いていません。

困ったときにわかった時、それを自分で誰かに
伝えられる人になってほしいなあ〜 と思っています。
きちんと一生けん命伝えてくれる、何かお手伝い
できることはいいか、おも一生けん命 考えよう
スワ
おは いつもお昼はランチルームにいます。
自分の口で、自分の言葉で声をかけてください。

