

やさしく たくましい 子になあれ♪

明太子

12月保健目標：心の健康を考えよう

なぞなぞ

上が魚で
下が動物の
花ってなーんだ？



【4月7日～12月22日までの保健室のようす】

☆来室者数：425名

☆救急車要請：2件（熱中症・過呼吸）

来室理由（内科）・・・頭痛、腹痛、体調不良での来室が主でした。片頭痛、女子の生理痛での来室者も多かったです、ぜひ、痛くなりそうだなと思う時は痛み止め薬も上手に利用しえ下さいね。

来室理由（外科）・・・すり傷、打撲、ねんざ（疑い含）での来室が主でした。
☆病院受診をし災害給付手続きをしたケガは21件

※保健室で問診をしていると、朝食を食べていないという生徒も多く、理由をきくと、時間がない、いつも食べていないから、食べたほうが気持ち悪くなる等の答えがありました。

前日の20時に夕食をとり、翌日、朝食をとってないとする、給食までの約16時間半、何も食べていない状態になります。成長期、真っ只中の中学生、体も心も大きく成長する時です、栄養士の花原先生がお話していました、卵は栄養価のよい完全食品とのことです、朝、ゆで卵1個でもいいので、まずは食べる習慣をつけてほしいです。



【いのちのおはなし】

全校生徒対象に実施した山本文子先生の「いのちのおはなし」を終えての子ども達の感想です（一部抜粋）
助産師として沢山の命と向き合ってきた山本先生のお話や生き方に心が揺さぶられました。

- 赤ちゃんが生まれた瞬間の「おぎゃ～」は、初めて自分で呼吸をしたという大切なことだと初めて知った。
- 僕は変なことをネタにして笑っていましたが、山本先生の話聞いてとても恥ずかしいことだったと思ったし、「赤ちゃんって温かいね」という話に感動しました。
- お父さん、お母さんが愛し合っていたからこそ、今の自分がいることに気づいた、生んでくれたことにとても感謝している。
- 失敗した時は元に戻ればいい、返ればいいという言葉が印象に残った
- 困った時は、必ず誰かに「助けて」ということ



3年生の小鈴さんが描いてくれました
優しさ、あったかさが伝わってきます♡

3学期も元気なみなさんにあえるのを楽しみにしています、よいお年を🍷