

ほけんだより

薬師寺小

ふゆやすみ

寒いからとこたつの中でダラダラとすごしてはダメだよ。元気に気持ちよく新年を迎えるためにも、こんなことに気をつけよう。



規則正しい生活を習慣づけよう



やけどに注意しましょう

冬は暖房器具など、熱くなるものが部屋の中にあふれます。また屋内で遊ぶことも多くなりますので、やけどに注意しましょう。



直接、触れたりしなくても、ストーブに長時間近づき過ぎると、低温やけどの原因になるので注意しましょう。



温かい飲みものは、思っている以上に高温。うっかりこぼしてしまうと、やけどするので注意しましょう。



シャワーのお湯を出す時に、とても熱いお湯が急にでることがあります。

もしやけどをしてしまったら



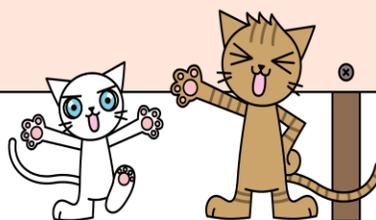
もし、服の上から熱湯などをかぶってしまった場合は、無理に衣服をはがそうとせず、流水で十分に冷やしてから病院へ行きましょう。



ほけんから冬休みの宿題

・はみがきカレンダー

わすれずにまいにち歯をみがいてね!
1月8日(水)にだしてね!



ありがとう すこいね!

どっか行け! のろま

ふわふわことばとちくちくことば



あることばを言われただけで、うれしい気持ちになったり、かなしい気持ちになったりします。「ことば」ひとつで、友だちを傷つけることも、助けることもできるのです。

言われてうれしいことばを「ふわふわことば」、言われてかなしいことばを「ちくちくことば」としたら、あなたの周りには、どちらのことばが多いでしょう。「ちくちくことば」ばかり言われたら、心の元気がなくなってしまいます。

「ふわふわことば」を使って友だちとすごせば、楽しい学校生活を送れます。そうすると体の先で血がたまりやすくなって、はれたり痛くなったりするんだよ。

「ふわふわことば」を使って友だちとすごせば、楽しい学校生活を送れます。そうすると体の先で血がたまりやすくなって、はれたり痛くなったりするんだよ。



どうしてもやけどになるの?

寒さや湿気から体が冷やされると、指先や耳など、体の先の方への血の流れが悪くなる。そうすると体の先で血がたまりやすくなって、はれたり痛くなったりするんだよ。



しもやけをふせぐには

しもやけの原因になる寒さや湿気から体を守ること、血の流れを良くすることが大切だよ。

じゃあ、何に気をつけたいのかにやー



保護者様

健康診断の結果において治療勧告の通知がきたお子様は、冬休みという長期休業を利用して病院受診していただきますようお願いいたします。

お子様のためにも医師による治療が必要な場合には早期対応として早めの受診をお勧めいたします。何か相談等ありましたらいつでも保健室までご相談ください。ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

スクールカウンセラー次回の来校日

1月の来校日が変更になりました!!

<変更前> 1月14日(火)

[変更後] 1月10日(金)

Next: 3月3日(火)

何か相談したいことがあればこの日に人見先生が来校しますのでご相談ください。

(ご希望の場合は、担任または養護まで)