

ほけんだより 11月



藤井寺西小学校 保健室
2022. 10. 31

日が落ちるのが早くなって、冬の足音が聞こえてきました。

まだ寒さから体が慣れていないこの時期、背中がネコのように丸くなっていませんか。寒いと思ったら、もう一枚はおるなど衣服の調整をしましょう。



11月10日は「いいトイレの日」 ～ぴかぴか☆トイレのために守りたいこと～

最近、みんなが使っているトイレを見ると、スリッパがあちらこちらにちらばっているのをよくみかけます。一度、きれいに使えているか下の絵をみて確認してみましょう。



みんなが意識をすればきれいにトイレは使えます!!



使った後は流していますか？
しっかり確認しましょう。



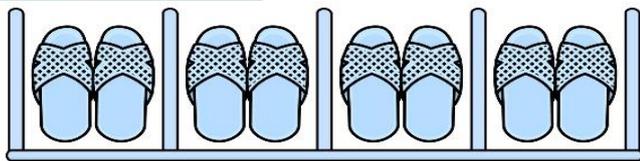
汚れてしまったところは自分できれいにしていますか？
汚れてしまったところは自分できれいにしましょう。



トイレから出るときスリッパを並べていますか？
きれいに並べられていると気持ちがいいですね。



トイレ後は、手をきれいに洗っていますか？
手洗いは、休み時間ごとに洗うようにしてくださいね。



大切なのは

振り返り

勉強で

一度解いた問題でも、見直したり別の解き方を考えたりして「振り返る」と、学んだことがしっかり定着するそうです。

ケガをしたとき

なぜケガをしたのか、次から気をつけることなど、ケガをしたときがチャンス。「振り返って」みましょう。



トイレのあと

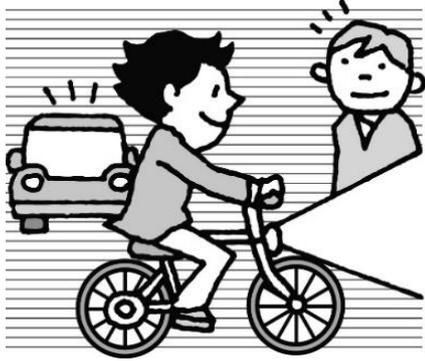
紙くずが落ちていないか、汚してしまったところはないかなど「振り返って」確認しましょう。次の人が気持ちよく使えと、うれしいですね。

11月10日は「いいトイレの日」

みなさんの少しずつの思いやりで清潔なトイレにしましょう。



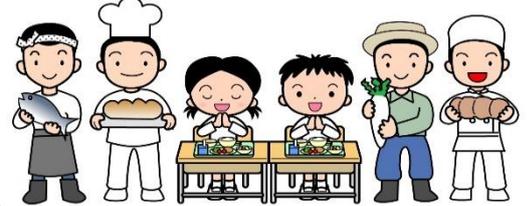
夕方から夜にかけての交通安全



日が短くなって、夕方5時ごろにはもう真っ暗になっています。お友達と遊んで家に帰るときや、習い事に行くときには、暗い道でも車から見やすいように白っぽいものや光るものを身につけるようにしましょう。自転車に乗るときには、ライトをつけましょう。自分が見えやすいためだけでなく、車や他の自転車、歩行者から見えるようにするためです。

11月23日は勤労感謝の日

～「はたらく」ってどういうこと？～



たとえば、みなさんが毎日食べている給食でも、材料を育てている農家さん、献立を考える栄養士さん、材料を運んでくれるトラックの運転手さん、そしてその材料を使って給食を調理する調理員さん。たくさんの方の仕事が関わっていて、ひとつでも欠けたらみなさんは給食を食べられません。

11月23日は勤労感謝の日。
働く人々を尊敬して、お互いに感謝し合う日です。
おうちの方は、はたらくことの大先輩、この機会に仕事のお話を聞いてみましょう。



ごめんなさいって言えるかな？

「ごめん」って

ぼくの口があかないんだ
口に力が入って。
手に力を入れて書くよ。

ごめん

小学2年生の男の子が
書いた短い手紙です。

「ごめん」と言うのは、とても難しいですね。でも「もやもや」を抱えながら過ごすより、素直に言ったほうが楽になるかもしれません。言葉で伝えるのが苦手な人は、ほかの方法を一緒に考えてみませんか？

反対に、いつも「ごめん」ばかり言ってしまう人は、口癖を「ありがとう」に変えてみましょう。小さな親切には「ありがとう」と返すほうが、相手も優しい気持ちになれますよ。



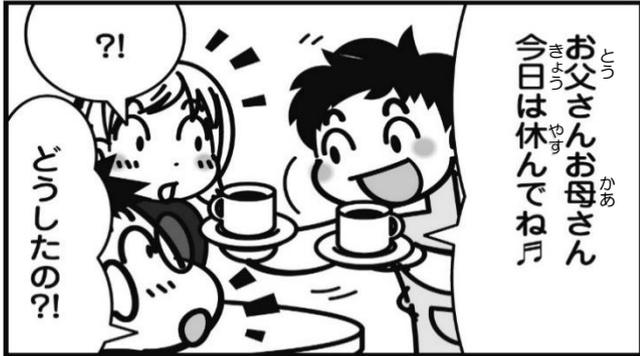
保護者の方へ

季節の変わり目で体調を崩しやすいときです。朝、体調不良や発熱がある場合は無理をして登校せずに、お家でゆっくり安静にさせていただきますようお願いいたします。

尚、学校で発熱をした場合など、家庭に連絡をさせていただきます。携帯電話や勤務先の変更などがありましたら必ず担任までご連絡ください。

*今年度から秋の視力検査は行いません。必要であれば2学期中、検査をさせていただきますので担任を通じてお知らせください。

かんしゃ
感謝するって
いいことだ♪



?!
どうしたの?!

お父さんお母さん
今日は休んでね月



お手伝い?
うれしいわあ〜

勤労感謝の日へういは
ありがとうを
形にしようと思っ



え?!
なんで?!

お手伝いするのは
お兄ちゃんだけで
いいよね?



11月
23
1123
いい兄さんの日
だからさ月

わるい弟だ...

にい
お兄ちゃんの
とくぎ
特技



リスの冬眠



リスは冬眠中も
時々起きてエサを
食べるんだ



ムニヤ
ムニヤ



もぐもぐ

もうおなか
いっぱいだよ〜

お兄ちゃん
寝ながら食べてる?