



令和7年5月2日
珠洲市立みさき小学校
保健室

新学期が始まって、約1か月がたちました。5月は、今までの緊張が少しゆるみ、からだや心の疲れがしやすい時期といわれます。ゆっくりとお風呂に入り、早めに布団に入るようにしましょう。また、みなさんが楽しみにしている運動会もありますね。元気に運動会の本番を迎えられるように、体調管理をしっかりとしていきましょう。



ほけんもくひょう 5月の保健目標

きそくただ
規則正しい
せいかつ
生活をしよう

ほけんぎょうじ 5月の保健行事

- 15日(木) 心臓検診[1年生]
- 21日(水) 耳鼻科検診[1・2・4年]
- 22日(木) 内科検診[全学年]
- 28日(水) 尿1次2次検査[対象者]

おうちの方へ

ご家庭での健康観察をお願いします

- ☐ 風邪症状はないですか？
- ☐ 朝ご飯はしっかり食べられましたか？
- ☐ 顔色はわるくないですか？
- ☐ 下痢や便秘をしていませんか？
- ☐ 元気がない等、いつもと変わった様子はありませんか？



- ・ご家庭でも登校前や帰宅後のお子様の様子に目を配っていただき、気になることがあれば、気軽にお知らせください。
- ・欠席・遅刻の連絡は、必ずお願いします。

ほけんしつで

できること・できないこと

みなさんにいつでも利用して欲しい「ほけんしつ」ですが、できることとできないことがあります。確認して利用してくれるとうれしいです。



具合が悪くなったとき



休養して様子をみます



薬を出すことはできません



けがをしたとき



応急手当をします




継続した処置はできません

できているかな？せいけつチェック

みさき小では、^{しょう}毎週^{まいしゅうか}火曜日^{ようび}に保健委員会がエチケットチェックを行っています。エチケットチェックの内容は、朝の^{ないよう}はみがき^{あさ}をしてきたか、顔^{かお}を洗^{あら}ってきたか、ハンカチ・ティッシュを^も持ってきたか、^{みじか}短^きく切^きってあるかの5つです。自分^{じぶん}で意識^{いしき}することはもちろん大切^{たいせつ}ですが、お家^{うち}の方も声掛け^{こえか}をしてくださるとありがたいです。ご協力^{きょうりょく}をよろしくお願いします。



 ^{したぎ}下着をつけている

 ^{せっ}石けんで^て手洗いをしている

 ^{つめ}爪は短^{みじか}く切^きっている

 ^{しょくご}食後に^は歯をみがいている



 ハンカチ・ティッシュを^も持ってきている



お家の方へ ～今年度から来られたスクールカウンセラーの紹介です～



スクール・カウンセラーの八巻正治（やまき・まさはる）と申します。なお、私は教育指導職ではなく、支援職ですので、「先生」ではなく、「やまきサン」と呼んでください。

私は東日本大震災当時は宮城県内の被災地域で生活をしていました。そうしたこともあり、今回の地震や豪雨災害による悲しみに想いを寄せてきました。そして今、ここにいます。

さて、私は20代の時期を肢体不自由児の現場で過ごしました。当時は心身ともに追い詰められた保護者さんから、「もう限界です。あす、この子を連れて死にます！」などといった切迫した言葉を聞かされることもありました。こうした悲しみの出会いの数々を通して、私はすべての子どもたちが祝福されて生まれ育ち、喜びをもって歩むことができる状況をつくり上げることの大切さを深く心に刻んだのです。そして、「この子がいたために制約の多い、不運な人生しか歩めなかった」ではなく、「この子がいたからこそ喜びに満ちた躍動的な歩みができた！」とさえも思えるような、お互いを思い遣り、支え合うような温かな人間関係や社会の構築を強く願ったのです。

「今、あなたが私の目の前にいてくれて本当にありがとう！」そうした全面受容のまなざしで子どもたちに接したいと願っています。よろしくお願いいたします。