



ほけんだより、5月



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で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なります。また、みんな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るように、体調管理をしっかりとていきましょう。

5月の保健目標

規則正しい
生活をしよう

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

みなさんにつ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



おうちや下りて
応急手当を
します



けいぜん
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、毎週火曜日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、朝のはみがきをしてきたか、顔を洗ってきたか、ハンカチ・ティッシュを持ってきたか、つめは短く切ってあるかの5つです。自分で意識することはもちろん大切ですが、お家の方も声掛けをしてくださるとありがとうございます。ご協力をよろしくお願ひします。



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・カウンセラーのハ巻正治（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ございます！」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。よろしくお願ひいたします。