

# ほけんだより



平成29年6月14日

長岡北小学校保健室

5月 休まずに登校できた人

152人

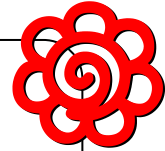
(93.8%) でした。

月	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
5月	24	21	24	30	26	25	152
4月~5月	24	19	24	28	24	25	144

4月から、お休みしていない  
人の人数です。

1年1組・・・4月・5月 と2ヶ月続いてみんな元気に登校できました。

6年1組・・・5月は欠席ゼロでした。



6月はつゆの季節です。「えいせい面」や「生活面」に、

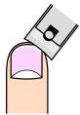
じゅうぶんちゅういして、けんこうですごせるようにしてください。

生活面

はやね・はやおき・あさごはん で、生活リズムをととのえて！

えいせい面

衣食住 で、せいけつなくらしを心がけて！



\*手足のつめはみじかいですか？

\*ハンカチやタオルをもちえていますか？

\*せいけつな下着をきていますか？

\*うわばきはせいけつですか？

\*手あらい・うがいができますか？



6月 7月 ほけんもくひょう

けがのない生活せいかつをしよう

# けがにちゅうい



みなさんは、けがをしたことがありますか？

いつ どのな場所ばしょで 何なにをしていて どのなけが をしましたか？

\*けがをしないために注意ちゅういすること！ それは・・・

① 行動こうどう (落ちつた行動おちつたこうどうをこころがける)

ふざけていたり、走りまわったり、ルールを守らないあそび方あそびかたをするのはキケンキケンです。

② 環境かんきょう (安全な場所あんぜんばしょであそぶ)

あそんではいけない場所ばしょであそんではいけません。また、あそんでいる場所ばしょにキケンなものがないか注意ちゅういし、安全あんぜんであることを確認かくにんしてください。

③ 心こころ (こころと時間じかんにゆとりをもつ・きそく正しい生活ただせいかつを心こころがける)

気持ちが落ちこんでいたり、イライラしていたり、急いでいたりすると、けがもおこりやすくなります。



## うんどうじょう 運動場であそぶとき

遊具ゆうぐの使い方つかかたやボールの使い方つかかた、一輪車いちりんしゃの使い方つかかた、運動場うんどうじょうや校庭こうていの使い

方かたなどのルールをまもって、安全なあそびを心こころがけましょう。

\*ブランコのふたり乗りはしません。



\*ブランコに乗っている人がいるときは、ブランコからはなれます。

\*サッカーやドッジボールをするときは、別のあそびをしている人のことを考えてあそびます。

(運動場全体うんどうじょうぜんたいを使つかってのボールけりはしません。コート内ないであそびます。)

\*すべり台たいは順番じゅんばんを守まもって、正しいすべり方かたをします。

\*校舎こうしゃのまわりや体育館たいいくかんのまわりのコンクリート部分ぶぶんには入りません。

\*うんていの上うえにはのぼりません。

ルールを守まもって、楽しく、安全あんぜんに、あそぼう！