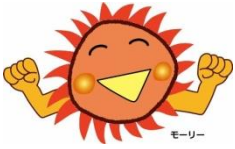


ほけんだより「げんき大すき」では、子どもたちの健康に関する情報をお知らせしています。家族で一緒に読んで、ご家庭でも健康について考えてみてくださいね。



げんき大すき

ほけんだより No.5

〔H27.9.11〕

日之出小学校保健室

さいきん あめ ひ おお
最近^{さいきん}は雨^{あめ}の日^ひが多くてジメジメムシムシしていますね。あさばん
朝晩^{あさばん}は
きおん さ くださむ かん
気温^{きおん}が下^さがり、肌寒^{くださむ}く感じる^{かん}こともあります。この気温差^{きおんさ}から、体調^{たいちよう}
をくすずしも出てきています。みなさんは、だいじょうぶですか？

がっき こうはん ひ の で こ たいいくたいかい れんごうたいいくたいかい おお
1学期^{がっき}の後半^{こうはん}は、白之出^{ひの で}っ子^こ体育大会^{たいいくたいかい}や連合^{れんごう}体育大会^{たいいくたいかい}など、大^{おお}
き^ぎょう じ があります。ひの で こ ちから あ おち で のこ
行事^{ぎょうじ}があります。白之出^{ひの で}っ子^こみんなで力^{ちから}を合わせて、思い出^{おもいで}に残^{のこ}
る体育大会^{たいいくたいかい}にしましょう。今年^{ことし}の体育大会^{たいいくたいかい}スローガンにもあるよう
に、えが お たの
笑顔^{えが}で楽^{たの}しくがんばりましょうね！



かくだい づく たいいくたいかい
【拡大^{かくだい}プログラム^{づく}作り^{たいいくたいかい}】体育大会^{たいいくたいかい}に
む じゅん び
向^むけて準^{じゅん}備^びもががんばっています！

●やってみよう！目のトレーニング ～9月の保健指導^{ほけんしどう}より～

がつ ほけんしどう
9月^{がつ}の保健指導^{ほけんしどう}で、「目のトレーニング^め」をみんなでやってみま
した。どうでしたか？ 短い時間^{みじか}でしたが「見る力^み」がアップした
ひと^{ひと}が多^{おほ}かったですね。

ひの で しょうがっこう まいあさ め
白之出^{ひの で}小学校^{しょうがっこう}では、毎朝^{まいあさ}、「目のリフレッシュタイム^め」として、
「パッチリモーリーの目の体操^め」をしています。目の体操^めのときにも、
こんかい トレーニングをとり入れて、やってみましょう！毎日^{まいにち}続け
ると、効果^{こうか}がでるかもしれませんよ！



2人でペアになって、対象^{たいしょう}を目^めで追^おい
ます。「1・2・1・2・1・2…」

おうちでやってみよう！

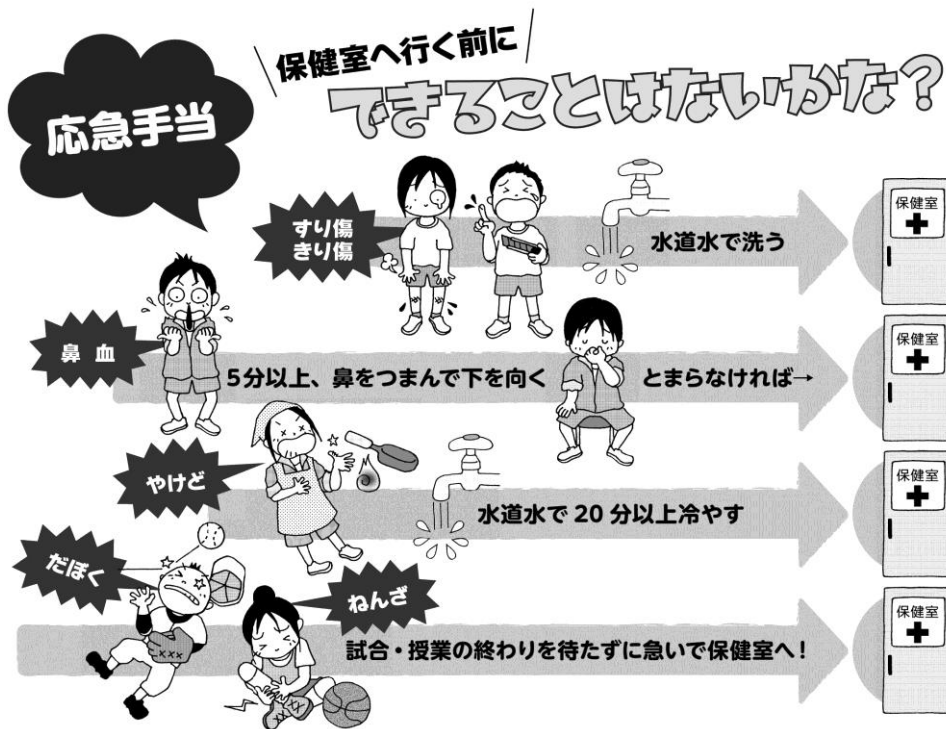


トレーニング効果^{こうか}をチェックするために、
数字探し^{すうじが}をしました。
数字探し^{すうじが}も「目のトレーニング^め」のひと
おうちの人と一緒に挑戦^{いっしょ ちょうせん}してみましょう。



●けがの手当てできるかな？

自分で手当てができますか？



てあ きほん 手当ての基本

きず
すり傷→



あら
で洗う

だぼく ねんざ
打撲・捻挫→



はい ことば
□に入る言葉は？

●保健室に新しい備品が入りました。

保健室に新しい備品が入りました。すでに「あっ！新しくなっている！」と気がついている人も多いですね。みんなが使う保健室です。マナーを守って、大事に使ってほしいと思います。

れいぞうこ
冷蔵庫



しりょくけい
視力計



ながつくえ
長机



なつやす ちゅう いま つか
夏休み中に、今まで使っていた
れいぞうこ 壊れてしまい、新しい
れいぞうこ が入りました。
れいぞうこ には、保冷剤や消毒液な
どが入っています。
勝手に開けてはいけません。

デジタルのしりょくけい が入りました。
順番に表示される「ランド
ルト環」のほうこうをさすと、A・B・
C・Dの判定が出てきます。
11月に今年2回目のけんさ
をしたいと思います。

保健室の真ん中にある机も、
あた 新くなりました。みんなが
はなし をしたり、ほんをよんだりする
時に使います。使わない時は折
りたたみもできるので、保健室
を広く使うことができます。