



令和6年（2024年）9月2日 大阪市立弘済中学校

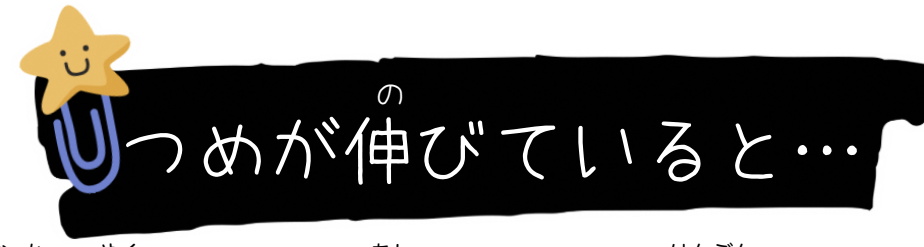
なが ながやす お に がっき いっしゅうかん た
長かった夏休みが終わり、いよいよ二学期がスタートし一週間経ちました。
しんが がっき せいかつ な
新学期の生活リズムに慣れてきましたか？
に がっき ていき くわ うんどうかい がくしゅうはっぴようかい ぎょうじ も たくさん
二学期は、定期テストに加えて、運動会や学習発表会など行事も盛り沢山あります。
ぎょうじ げんき さんか ひころう てあら など いしき
行事に元気に参加するためにも、日頃から【手洗い・うがい】等を意識して
しっかり たいちょう ととの
しっかり体調を整えるようにしましょう。

運動会練習が始まります!! とその前に、、、みなさんつめ短くしていますか?????



つめは、
ちゅうしん あたらし つく
中心の「そうこう」、新しいつめを作る
「つめ半月」、つめを支える皮膚から
できています。
すいぶん ほきゅう さき しろ
水分が補給されないつめの先は白っぽ
くなります。

- つめには
- ① 指先の保護
ゆびさき ほ ご
 - ② 指の腹に加わる
ゆび はら くわ
ちから ささ
力を支える
 - ③ 指先の感覚を鋭く
ゆびさき かんかく すんど
する
はたら
などの働きがあります。



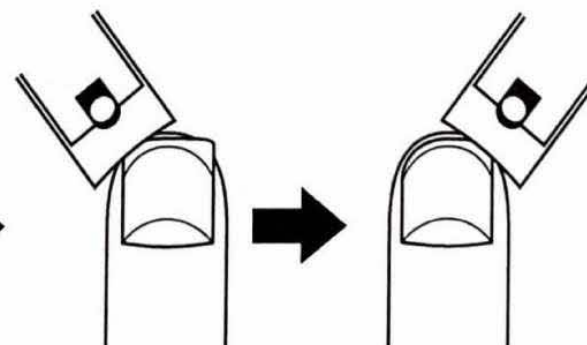
て とお か やく あし はんぶん はや
手のつめは10日で約1mmのび、足のつめはその半分くらいの早さでのびます。
つめを切らないでそのままにしていると
・ つめに汚れや細菌がはいる
・ ものが当たった時につめが割れる
・ 他の人とぶつかった時に、相手を傷つけてしまう
などがあります。



--- つめを切るときのポイント ---

手のつめ

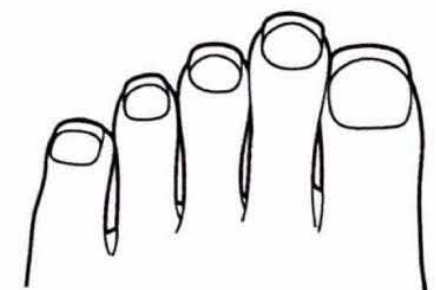
① 白い部分を少し残して切ります。



② 角は白い部分を少し残して切ります。

③ 反対側の角も同じように切りやすかけます。

足のつめ



足のつめを切るときは、両側の角に少し丸みをつけましょう。

