

ほけんだよりピア peer

2016 6 大阪市立今津中学校

「ピア」
とは仲間の
ことです

6



6月といえば…雨が多いですよ…雨が多いと…

**ケガが
多くなる！**

事例① 何気なく振り回したカサが、
友達のに当たった！

事例② 雨で廊下がぬれていたのに、
すべって頭を打った！

事例③ グラウンドで遊べないので、
教室や廊下を走り回っていて、
出会いがしらにぶつかって骨折！



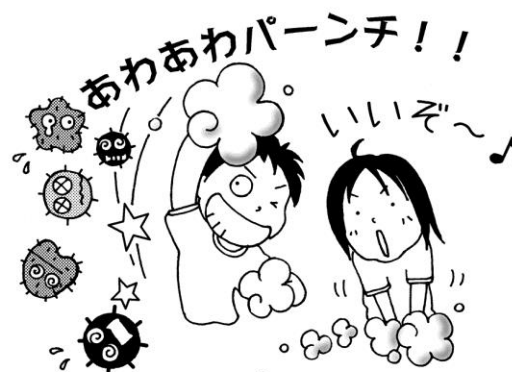
**体調不良の人
が増える！**

- ・食欲がなく、朝食抜きで登校…ふらふら
する…
- ・低気圧のせいか、頭痛がする…
- ・湿度のせいか、疲れが取れなくて、
しんどい…

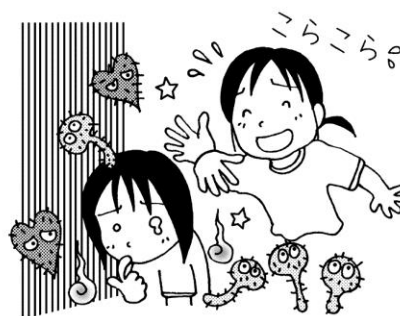


だから、ちょっと周りを見てみよう！生活を振り返ってみよう！

- ・ *ふだんから、周りの状況をよく考えて行動しましょう！
- ・ *走り回って遊ぶ場所がないときは、静かに過ごす工夫をしましょう！
- ・ *自分のことだけ考えていると、大きな事故につながります！
(学校の中だけではありません)
- ♡湿度と汗で、肌がジメジメします。ぬるめのお風呂で
さっぱりして疲れを取りましょう！
- ♡「早寝・早起き・朝ごはん」でリズムをくずさないで！
疲れが早く取れますよ！



食中毒に要注意！



心までジメジメしないで〜

梅雨時、
気を付けたらいいこと



熱中症対策、忘れずに



ろうかツルツル。走らないで！

保健室のひとりと

先日、1年生と一緒に1泊宿泊学習に行ってきました。1日目ものすごい暑さ！2日目大雨！そんな中でも、いろんなあったかい場面に出会いました…*けがで移動が不自由な友達にずっと寄り添ってくれてた人…*山登りができなかったけど、みんなのために飲み物を運んだり配ってくれた人…*飯盒炊飯で雨の中、何度もダメ出しされたお鍋を最後まで一生懸命洗ってくれた人…*そして一番がんばってたのは学級代表の人たちです。集合時の点呼や、入所式・退所式の進行はもちろん、室内オリンピックの進行はすばらしかったです！みんなにわかりやすい説明・静かにしてほしいときの指示の出し方など、すごくがんばって盛り上げてくれました。みんなのおかげで思い出に残る宿泊学習になりました♡

