

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…雨が多いですよね…雨が多いと…

ケガが
多くなる！

体調不良の人
が増える！

- 事例① 何気なく振り回したカサが、友達の目に当たった！
- 事例② 雨で廊下がぬれていたので、すべて頭を打った！
- 事例③ グラ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！



- ・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…

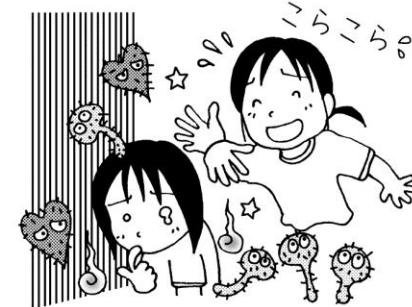


だから、ちょっと周りを見てみよう！生活を振り返ってみよう！

- ・ *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、気をつけたいこと



熱中症対策、忘れずに



ろうかツルツル。走らないで！

保健室のひとりごと

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合いました…*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んです！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♥

