

ほけんだより11月



下山小学校 保健室
R4.11.1 NO.8

小春日和と聞くと、春のことに感じますが、冬のはじめ、ちょうど11月ごろの穏やかな天気を意味します。そんな11月は、集合学習、グラウンドゴルフ大会、わくわく発見学習、盲学校交流、修学旅行と、たくさんの人と関わるイベントが盛りだくさん！体は冷えても(ダメだけど...)、心はほかほかな すてきな11月にしよう♡♡

あったかことばで ぽっかぽか

自分や友だちを大切にするため。友だちと仲良くなるため。みんなが気持ちよく過ごすために大切なことを漫画にしました。きみならどうする？

ぱんちゃんのお心かもの

こころんだ どうしたの？

せなかもよこれちゃたね いたかったね。

はい!! OK

なにもしないでかえっちゃった...!

ぼくじゃない...?

おに... (中...)

わーん

わたしもちがう!!
ぼくだけじゃないもん!!
きおも じゃん!!
そうかもだけど...
△くんも□ちゃんも じゃないの?

もし、〇〇だったら

ゴールまであと少し 今日が本番!!

練習白で1つモ1位のメダチヤンズ。

けんきだしてよ たのしかったしOKだぞ

でも、さきちゃんがころばなかったら、1位だったかもじゃないよね。

身だしなみを整えて「あの子ステキ」

こんな子 どう思う?

ポット病のハンド柄

フワフワ長い髪

ぼやませ

なまごい まえがみ

どうして
・もえもで病
・ポット病
・シャツが2"いる
・かかとをふく
よくないだろう?

11月19日は世界トイレルの白

想像してください

「トイレのない世界」



学校にも、家にもスーパーにも公園にも、
日本ではあたり前まえにあるトイレ。
でも、世界にはこんな問題もんだいが...

衛生的なトイレを使えない人約20億人。

6億7300万人が野外で排泄はいせつしている。

日に8000人以上の子供が下痢げりなどの
病気で亡くなっている。

アフリカの女の子の10人に1人は「トイレがない」
という理由で学校を休んだり退学たいがくしたりしている。

トイレが室内にあること、個室こしつになっていること、キレイな水で流ながせる
こと、どれもあたり前まえではない人たちが、たくさんいるのです。



	ねた時刻	メディア時間	ノーメディア
1位	8:27	8分	17回
2位	8:39	15分	10回
3位	8:49	24分	9回
4位	8:51	30分	8回

ノーメディアの白を作るための工夫紹介

ノーメディアの白を5日ちゃんと守れたからよかったです。かぞく時間をもっといっぱいにしたいです。さんふりカエルカードより

さんは週に1度、「かぞく時間」をつくって、家族で楽しい夜の時間を過ごしているそうです。すてきですね

11月1日はいいしせいしせいの白

よい姿勢は、月がうつくる。ゆあさせん先生
(意味：自分で意識いししないと変わらない)

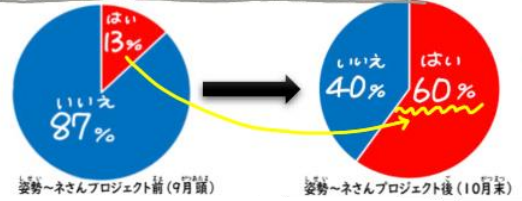
自分で意識いしをしてよい姿勢をとることができると子どもを目指す...
下山しもやまっ子姿勢～ネさんプロジェクト

こんな活動かつどうしましたね

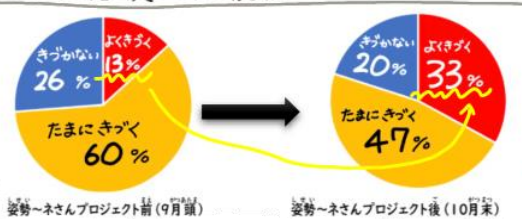


アンケートのけっか

★いつも「姿勢」に気をつけて生活せいかつしていますか？



★自分の「姿勢」が悪いとき、自分で気づいてなおすようにしていますか？



姿勢～ネさんになったことで、「勉強に集中できる子」、授業中、眠くなる子がへった子がたくさんいました!

姿勢～ネチャレンジふりかえり

- ★「姿勢～ネチャレンジ」があつてよかったなと思った。「あしトン」を使って「姿勢～ネさん」になった。シューズをぬがないようにして、足を地面にペタンとする。()
- ★足がついていなかったから、「あしトン」と「あげぞこくん」を使えば背中がピンとできたし、「あしトン」を使うと足が動かなかった。()
- ★毎日こつこつやって「あしトンや」、先生に言われる前にできるようになった。「姿勢～ネチャレンジ」をして「あしトン」を使ってから「あしトン」がなくてもできるようになった。でも足を抜くとできなくなるので、毎日意識する。()