ほけんだより

令和３年　３月　保健室　齊藤久子

ねんせいそつぎょう
６年生卒業おめでとう！

６年生のみなさん、卒業おめでとうございます。いよいよ明日は小学校最後の日ですね。この６年間、心も体も大きく成長したことでしょう。稲築東小学校で学んだことを忘れずに、中学校に行っても夢に向かってがんばって下さい。みなさんの活躍をいつでも応援しています。

最近の保健室あれこれ

・手のけがをした子の手当てをしていた時のことです。「先生の手、あったかいね。」と言うので「〇〇さんの手は冷たいね。手が冷たい人は心があったかいんだよ。あ！じゃあ私は心が冷たいってことだね。」と返すと、付き添いで来ていたお友達が「この部屋はあったかいから、先生の手はあったかいんですよ。」とさりげなくフォローしてくれました。とっさにそんなことが言えるなんてすごいなあ。私もそういうことが言える人になりたいと思いました。

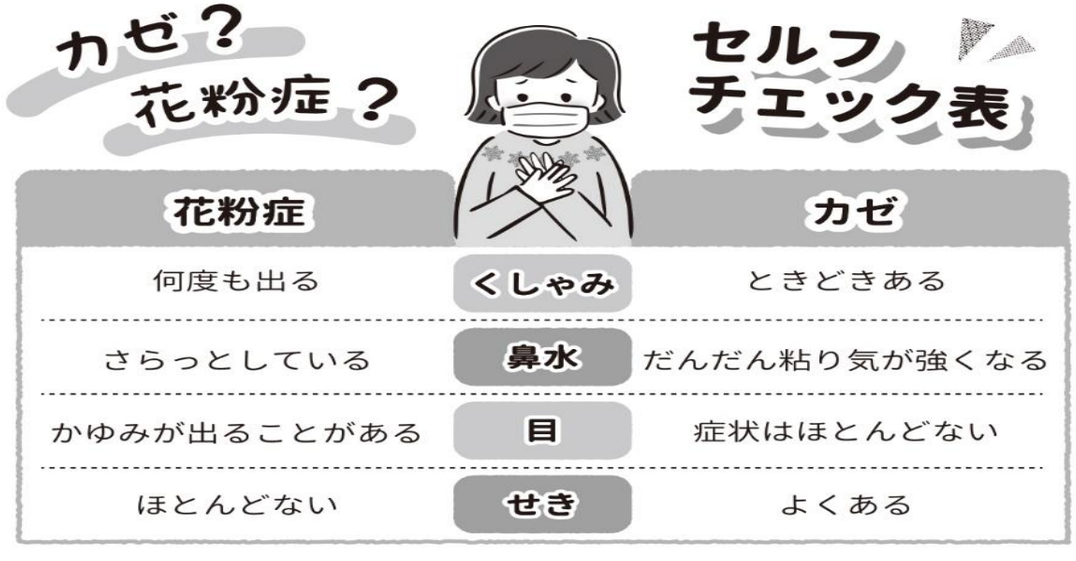
・保健室のごみ捨てを手伝ってくれたお友達がいました。古いカタログや本などが入った重い段ボールを古紙回収の場所まで一緒に運んでくれて、さらに保健室のゴミも集めてゴミ収集場に持って行ってくれました。しかもお礼を言うと「手伝いをすることがうれしいので。」と言ってくれて本当に優しいなあと心がほっこりしました。

・３年生がダンス大会の招待状を持ってきてくれました。色とりどりのカードに「いつもけがのてあてをしてくれてありがとうございます。」「先生もかぜをひかないでね。」など優しい言葉がならんでいました。肝心のダンス大会の日時や場所が入らなくて小さくなってしまっているところがまたかわいい。残念ながらダンス大会を見に行くことはできませんでしたが、招待してもらえたことがとてもうれしかったです。

花粉さん　あなたも活動　自粛して

ほけんしつ　こころの俳句

あたたかい日が多くなってきて、花粉がたくさん飛んでいるようです。保健室でも目がかゆくなったり、鼻水が止まらなかったりと花粉症の症状で来室する子が増えています。つらい症状が続くときには早めに耳鼻科やかかりつけの小児科で診てもらいましょう。自分に合ったお薬をもらったり、生活のアドバイスをしてもらったりして、上手につきあっていけるといいですね。「自分は花粉症じゃないから大丈夫！」と思っているそこのあなたとわたし。花粉症はいつ何どき発症するかわかりません。マスク着用はもちろん、ツルツル素材の服を着る、家に入る前に髪や体についた花粉を振り払う、家に帰ったら、手洗い（できたら洗顔も）をするなど、日頃から気をつけて、花粉を寄せつけないようにしましょう。



たのしい春休みすごろく

わくわく春休み

スタート

がまん坂で転んで１回やすみ

新しい学年の準備をして２コマすすむ

おうちの人に「あゆみ」を見せていなかったことがバレてスタートにもどる

早起きして３コマすすむ

手あらいをして１コマすすむ

おかたづけをして４コマすすむ

おやつを食べすぎて１回やすみ

YouTubeを見すぎて２つもどる

歯の治療をすませて、１コマすすむ

え？春休みって宿題あったの？スタートに戻る

ゴール

もうすぐ楽しい新学期