

# すこやか 4月

令和8年4月7日(火)  
おやまだしょうがっこう  
大山田小学校ほけんしつ



ほけんしつは、がくねんかんけいなく、みんなが利用するところです。みんなが周りの人をおもいやる心を持って、気持ちよく過ごせる保健室にしたいと思います。

## できること



## できないこと

### ケガの応急手当をする

「いつ・どこで・どんなふうに」ケガをしたかを教えてください。すり傷などは、自分で傷口を洗ってから来てくださいね。



### 体調が悪いときに休む

元気に教室に戻れるように、ベッドで休むことができます。風邪をひいているときは、家に帰ってもらうこともあります。



### 話を聞いてもらう

悩みや困っていることがあれば、相談してください。話すだけで心が軽くなるかもしれません。もちろん内容は誰にも言いません。



### 体や心について学ぶ

みなさんの体と心は毎日成長しています。身長や体重、病気のこと、性のこと…。疑問や不安があれば、いつでも聞きに来てください。



### 入退室のときはあいさつをする



入るときは学年・組・名前を教えてください。出る時はお礼も忘れずに。

### 保健室内では静かにする

ベッドで休んでいる人がいるかもしれません。大きな声は控えて。



### 保健室に来る前 これだけはしておこう

先生やお友だちに伝える



いきなりいなくなるとびっくりするよ。

傷口が汚れているときは水道水で洗う



外でケガをしたときは特に念入りに。

保健室のルール

# 給食後の歯みがきについて

昨年度の生活リズムチェックから、1日3回みがいている人は、ずいぶん少なくなっています。学校でも給食後に歯みがきを行うことで「食べたらみがく」を習慣化し、歯と口の健康やむし歯、歯周病予防を行います。ご理解いただけたらと思います。

しかし、学校としては、給食後の歯みがきを強制することはしません。お子さんと相談していただき、個人の判断で給食後の「歯みがきをする」「歯みがきをしない」を決めてください。

つきましては、歯みがきを希望される場合、下記のご準備をお願いいたします。お忙しい中ですが、ご協力をよろしくお願いいたします。

【対象】 歯みがきを希望する児童

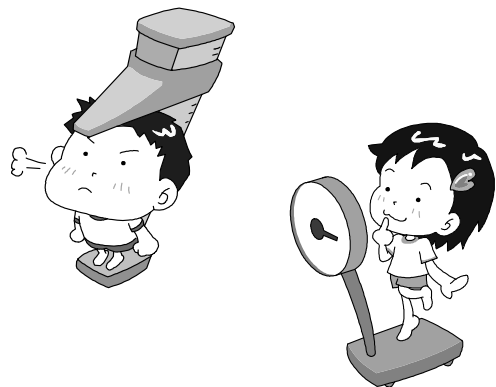
【持ち物】 歯ブラシ、うがい用のコップ、(必要な人は)歯みがき粉、これらの歯みがきセットが入る袋

【お願い】 歯みがきセットは、毎週金曜日に持ち帰ります。歯ブラシがお子さんの口のサイズに合っているか、毛先が開いていないか点検をお願いいたします。また、コップと歯ブラシはきれいに洗って、月曜日に持たせてください。

## ❁ 発育測定(身長・体重測定) ❁

4月8日(水)	1限目	6年生
	2限目	5年生
	3限目	4年生
4月9日(木)	1限目	3年生
	2限目	2年生
	3限目	1年生

❁かみをくくる人は横でふたつにしましょう!  
(後ろや上てくると正しくはかれません)



### 身長・体重をはかるときは

