

# すこやか



令和6年4月  
鴨池小学校 保健室  
ほけんだより

おうちの方と  
いっしょに

## 入学・進級

おめでとうございます

春の味覚として有名なタケノコ。漢字では「筍」と書き、「一旬(10日間)で竹になる」ことを表します。実際、タケノコの成長速度はすさまじく、一日に1メートル以上大きくなることも。タケノコほどのスピードはなくても、みなさんの体も毎日大きくなっています。栄養のあるものを食べて、ぐっすり眠り、元気に成長していきましょう。

## 友だち作りの第一歩は『おはよう!』

「おはよう」  
入学・進級おめでとう  
「ございます。『新しい友だち、できるかな?』とドキドキソワソワしている人も多いかもしれませんね。そんな人は、ぜひ自分から「おはよう!」とあいさつをしてみましょう。

## 自分からあいさつをすると

仲良くなりたい気持ちを伝えられる

「自分に興味を持ってくれている」と感じると誰でも嬉しいもの。目を見て明るく声をかけてみてください。

相手も自分も明るい気分になれる

相手が嬉しそうに返してくれば、自分の気分もアップ♪ そこから話が広がれば、グッと仲良くなれるかも。

友だちと  
楽しい学校生活を  
送って下さいね♪



学校医の先生を紹介しします

内科：南 武嗣 先生

眼科：大谷 伸一郎先生 (宮田眼科鹿児島)

耳鼻科：黒木 幸一 先生 (黒木耳鼻咽喉科)

歯科：瀬戸 康博 先生 (瀬戸歯科クリニック)

薬剤師：瀬尾 昭一郎先生 (セオ薬局)

こんなときは

保健室へ

ケガをしちゃった

先生に話を聞いてほしい

体がしんどい

体のことを知りたい

なんとなく教室にいたくない



保健室は「みんなのための場所」。具合の悪い人が休んでいることもあるので、静かに過ごしてね。

保

健

室

利

用

の

ル

ー

ル

## 行く前に先生に伝える

黙って保健室に行くともみんな心配します。ひとこと伝えましょう。



## 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。出るときはお礼も忘れずに。

## 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。

