

# ほけんたより



平成29年 4月7日  
国立市立国立第七小学校  
校長 森田 弘文  
養護教諭

★児童数配布★

## 進級おめでとうございます！

新しい学年が始まりました。新しい教室で、わくわくしながらも、何だか緊張しているなという人もたくさんいるようです。「新しいクラスでうまくやっっていけるかな？」「先生どんな人だろう？」「勉強が難しくなるのかな？」…と、いっしょうけんめい考えて行動することで、心が強く大きく成長します。緊張することも大切です。4月から、どんどん成長していくみなさんの姿が見られるのを楽しみにしています。

がんばりすぎて、疲れやすいときでもありますから、しっかり食べて、しっかり眠って、元気に過ごせるようにしてください。

どうぞよろしくお願いします。

## 保健室の約束



保健室は、学年や学級に関係なく、いろいろな人が利用するところです。みんなで少しずつ心づかいをしながら、誰もが気持ちよく使える保健室にしましょう。

<p>身長計・体重計等の器具や、ばんそうこうなど、保健室にあるものは、一言「使っていますか？」とことわってから、使います。</p>	<p>保健室のとびら、イスなど、開けたら閉める、出したらしまう。片付けもきちんとできるようにします。</p>	<p>机や戸棚は、冷蔵庫は開けません。色々な書類や薬が入っています。先生しか開けられません。</p>
<p>保健室に来るときは、担任の先生に、急いでいる時は友だちに言ってから来ます。</p>	<p>保健室に来る理由は、人それぞれ、他の人に言いたくないこともあります。そっとしておきます。</p>	<p>もちろん、ベッドには勝手に上がりません。</p>

## おうちの方へ

春が来て、心も体も疲れやすくなる季節です。ずいぶん緊張している様子のお子さんもたくさん見えます。心の回復のためには、何よりおうちの方のあたたかい笑顔と、十分な睡眠です。疲れている心をしっかり休ませ、心と体に栄養をたっぷりあげてください。

定期健康診断が始まりました。提出物等、ご協力をよろしくお願いいたします。