

保健室はこんな場所です

ケガの手当て
をしてくれる



体調が悪いときに
休める



悩みを
相談できる



体や心について
聞ける



保健室では、みなさんが元気に学校生活を送れるように、体と心の健康をサポートします。

「特別な場所」ではなく、誰でも利用できる「みんなの場所」です。どんなに小さなことでも、遠慮せず、気軽に来てくださいね。みなさんと会えることを楽しみにしています。



保健室では、こんなことを教えてください。

ケガの時 … 「いつ」「どこで」「どうなった」

◆ 昼休みに、運動場で、鬼ごっこをしていたら、転んでひざをすりむきました。

病気の時 … 「いつから」「体のどこが」「どんなふうに」

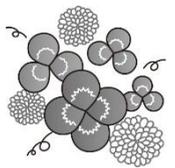
◆ 1時間目の終わりごろから、頭がズキズキ痛いです。

～～上手に説明できるようになってほしいなあ～～



まも 守ってください 保健室のルール

- いろいろな人が、いろいろな理由で利用します。保健室に入るときは、静かにあいさつをして入りましょう。
- 保健室に行くときは、必ず担任の先生に伝えてからにしましょう。
休み時間などで先生がいない時は、同じクラスの友だちに伝えてもらいましょう。
- できるだけ休み時間に行くようにしましょう。
教室にも救急箱があるので、小さな傷は担任の先生が手当てをしてくれますよ。



あいさつ
プレゼント
が
く
れ
る



「あいさつは大切」とよくいわれます。それはあいさつがあなたにたくさんのプレゼントをくれるから。例えば…

気持ちが前向きになる

嫌なことがあったときも、あいさつをするとさわやかな気分になれます。自然と笑顔になっているかも！

友だちとなかよくなるきっかけに

あいさつは会話のきっかけにもなります。たくさん友だちができるかも！



あいさつのコツは「自分から」すること。あいさつをされて気分が悪くなる人はいません。「いい天気だね」など、一言プラスできるとさらにいいですね。