

すくすく



奈良県立明日香養護学校
保健室 令和4年5月号

新学期が始まってあっという間に1ヶ月がたちました。新しい環境には慣れてきましたか？やっと慣れてきた身体もGWに入り少しおやすみモードになってしまいます。休みが明けてからも元気に登校できるようにサポートしていきますので、みなさんも無理をせず、徐々に身体を慣らしていきましょう。

月	火	水	木	金
2 文化鑑賞会 (全校11:30下校)	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 体重測定(中学部女子)
9 体重測定 (中学部男子)	10 体重測定 (高等部女子)	11 体重測定 (高等部男子)	12 体重測定(小学部女子) 耳鼻科検診(小・中)	13 体重測定(小学部男子) 耳鼻科検診(高・病)
16	17 内科検診(小・中)	18 内科検診(高・病)	19 検尿2次	

「相談力」も大切な「力」です

悩みがあったり、落ち込んだり、気分がモヤモヤするとき、どうしていますか？自分で解決法を考えついたり、自分なりの方法でモヤモヤを解消できればOK！でももし、いつまでもクヨクヨ考えたり、落ち込みから抜け出せないときは「相談力」を発揮してはどうでしょう？

どう相談したらいいかわからないときは



話しかけやすい人は誰ですか？
親身に聞いてくれる人がきついたり、切り出しにくいときは、なんでもない話から始めるといいかもしれません。

これからいろいろな経験を積み重ねていく



みなさんには、「相談力」も大切に育ててほしい「力」です。保健室も「相談力」のお手伝いをします！

水薬についてのお願い

4月号のすくすくで1週間に1回の交換をお願いしました水薬についてお知らせです。お預かりしている水薬は、予備薬としてのものです。

実際に内服するものは1回量を入れ物に準備し持参していただくよう、よろしくお願ひします。