

元気がちぼん！ (>_<)

平成26年4月11日(金) 文責：田村市立滝根中学校 養護教諭 荻野浩子

1週間経過！

さっそく、毎日いろいろな行事があって、お弁当だったり、早い下校だったりめまぐるしかったですねえ。グッタリな感じはありませんか？

週末に疲れをとってくださいね。交通事故に気をつけてくださいね。



身体計測終了！！

成長のスピードには個人差がありますからね。確実に言えるのはみんなまちがいに成長しているということです。男子は急に背が伸びたり、キュっとしまったり、変化が大きいかもしれません。力も強くなって持久力もついてきますよ。女子は柔らかい感じになっていきますよ。

ところでみなさん。じょうずに身体計測ができましたか？ 検査や検診は「お静かに」が基本です。今後も内科・歯科・眼科検診がありますから、検診をしてくださるドクターにご迷惑をおかけしないようにしてくださいね。



給食が始まりました。

給食当番は「清潔・安全・迅速」にお願いします。手洗いをしっかりとお願いしますね。あわせてハンカチやタオルを携帯することもお願いします。手をぬらすことが手洗いではありませんからね。しっかり指先・指の間・つめ・手のひら・手首までお願いします。だれだって汚い手で配膳されたらイヤだよ？ お互いさまですね。

できるだけ残滓(ざんし=食べ残し)がないようにしましょう。



備えあれば憂いなし=しっかり準備して事故を未然に防ぎましょう！

よその県の中学校の話ですが、私立中学校の体育館でバレー部の部活動中、はがれていた床板の一部が胸に刺さった事故があったそうです。

バレー部でレシーブの練習のため床に飛び込んだところはがれかけていた床板の一部が胸に刺さり、病院に搬送、床板を取り除くための手術を受けたそうです。練習前にモップがけをしたときは床板のはがれには気づかなかっただけです。

事故はちょっとしたことで起こりうる事例ですね。この場合、施設管理の問題ですが、何が原因になるかわかりませんからお互いに注意し合って安全に活動したいですね。また、事故というものは「気がゆるんだとき(ゆるんでいるとき)」「集中力に欠けるとき」「悪ふざけ(調子に乗ったとき)をしたとき」に起こりやすいものです。部長や副部長を中心に集中して活動してください。部長や副部長は大きな声で指示をするなど工夫してくださいね。

部長や副部長はまとめ役で大変な責任だけどしっかりね。もちろん顧問の先生に連絡や相談、報告しながらすすめてくださいね。ひとりで抱え込むことはないからね。

充実した部活動ができるように応援しています。



◆連絡◆

保健調査票を忘れてしまった人は14日(月曜日)にお願いします。「提出物の期限を守る」は社会生活をするうえでとても大切なことです。「これぐらい」と思わないでね(>_<)