

☆☆☆ 朝礼講話 ☆☆☆

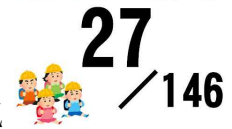
12月18日(月)

『た・の・し・い・ふ・ゆ・や・す・み・に』

講話 養護教諭 田中 美紗紀



スクリーンに出てきた「27」という数字は、十四山東部小学校の全員に関係している数字です。何の数字だと思いますか？ヒントは「27 / 146」です。146という数字は、みんなが4月6日の入学式から、先週けっせき欠席・ちこく遅刻・そうない早退の0の日の金曜日までに学校へ登校した日数です。・・・正解は、「27」というのは、146日のうち、欠席・遅刻・早退が0だった日数、つまり、全員が朝から夕方のさようならをするまで、学校で元気



に過ごすことができた日です。田中先生は、毎朝、みんなのクラスの健康観察ファイルを見て、誰が欠席かということやみんなの健康状態がどうかということを確認しています。そして、校長先生や教頭先生にも見てもらっています。みんなが学校にそろった日は、「今日は欠席ゼロだね」とか「みんな元気でうれしいね」と職員室で話しています。体調が悪い日は、もちろん家でゆっくり休むことも大切ですが、先生たちは学校でみんなの元気な顔が見られることをとっても嬉しく思っているので、冬休みまであと1週間ですがこの数字が増えていくといいなあと思っています。そして、冬休みに入ってからみんなには変わらず元気に生活をしてほしいなと思います。

そこで、今日は「たのしい冬休みに」ということで、保健室から、冬休みに気をつけてほしいことをみんなに伝えようと思います。

「**た**」・・・**食べ過ぎに気をつけよう**。クリスマスやお正月、様々なイベントがあつて、おいしいものをきつとみんな食べると思いますが、くれぐれも食べ過ぎには気を付けましょう。特に、甘いおやつは要注意です。



「**の**」・・・**のびのびとよく体を動かそう**。お休みの間も、サッカーでもいいし、縄跳びでもいいし、友達と鬼ごっこでも何でもいいので、好きな遊びを通して、たくさん体を動かしてください。



「**し**」・・・**食事の後には歯をきれいにみがこう**。一日3回、忘れずにみがいてください。冬休みも歯みがきカレンダーを出したいと思います。



「**い**」・・・**いつまでもダラダラせず、メリハリのある生活を!** 休みの日だからといつまでも寝ていないで、勉強したり、お出かけしたり、時間を有効に使って、いい休みにしてほしいなと思います。



「**ふ**」・・・**ふくの調節をしよう**。本格的に寒くなってきました。着る服も工夫をしてください。たまに服の下に下着(肌着)を着ていない子がいますが、下着をつけるだけで2℃くらいの保温効果があるそうです。冬は汗をかきませんが、下着をつけることをお勧めします。



「ゆ」・・・ゆっくりお風呂に浸かって体を温めよう。お風呂で体を温めることで体の免疫機能が上がって、病気にもなりにくくなります。



「や」・・・やけどに気をつけよう。暖房器具を使うこともあると思います。十分に気を付けて使ってください。



「す」・・・すいみんをしっかりとろう。冬休みも早寝早起きしてくださいね。低学年は9～10時間、高学年は8～9時間くらいとれるといいなと思います。



「み」・・・みんなで手洗い・うがいをしよう。かぜやインフルエンザが流行ってきました。お休み中は家族で過ごす時間が長いので、家族みんなで予防をしてほしいと思います。



「に」ここに笑顔で 3学期に会いましょう



「に」・・・ここに笑顔で3学期に会いましょう。始業式には、笑顔でみんなと新年のあいさつができることを楽しみにしています。どうかみんな元気で、素敵な冬休みにしてほしいなと思います。

表彰

福祉体験作文コンクール

最優秀賞	5年	くん
入選	6年	くん

赤い羽根共同募金作品コンクール

ポスターの部 朝日新聞厚生文化事業団賞	6年	さん
書道の部 佳作	6年	くん

校内いじめ防止標語コンテスト

「思いやりは 心のカバー いじめはダメだよ 心のリボン」	1年	さん
「心は消しゴム遣えない」	2年	さん
「温かい ことばは 自分も いい気分」	3年	さん
「悪口は ガラスの心が 割れるもと」	4年	さん
「気をつけて 言い方ひとつで 気持ちが変わる」	5年	くん
「あいつ好き あいつは嫌い そんな自分が大嫌い」	6年	くん