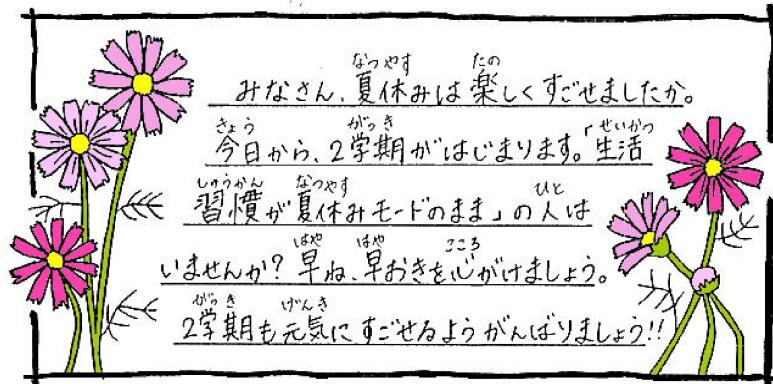


ほけんだより



貝塚市立北小学校 保健室

平成27年9月1日 発行



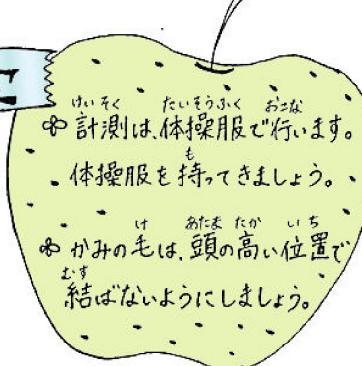
9月のはけんもくひょう

生活習慣について
考えよう!!



二計測の予定

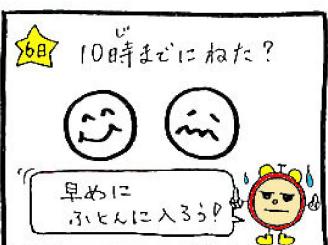
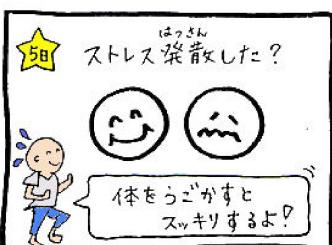
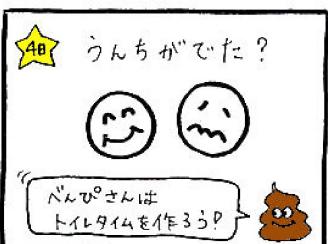
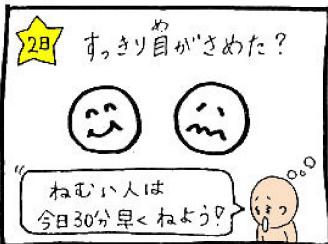
- ★ 3日(木) … 5、6年生
- ★ 7日(月) … 3、4年生
- ★ 8日(火) … 1、2年生



生活リズムを学校モードにスイッチ

1日～6日に1つずつミッションをクリアしよう!!

できた日は(○)に、できなかった日は(△)に色をぬりましょう。



534万

平成25年の救急車で運ばれた人数です。

これは、国民の約24人に1人の割合です。

9月9日は救急の日

これなんの数でしょう?

5.3秒に1回

救急車は、約5.3秒に1回の割合で出動しています。



8.5分

119番通報から、現場到着までの時間です。

また、病院に着くまでの平均時間は約39分!

自分たちができる救急処置を知っておく必要がある

ありますね!!

やめてみよう♪ じぶんでできる救急法



あいさつ、それはコミュニケーションの中で、最もがんたんなもののひとつです。

「あいさつがコミュニケーション？」と思った人もいるかもしれません。あいさつは、
がんたんな言葉のやりとりですが、仕方次第で人の関係が変わってきます。

あいさつは
まほうのことば



1) あいさつは、きっかけをつくってくれる

あいさつをすると、それをきっかけに話をはじめられます。

あいさつは、あなたと相手を結びつけるまほうの言葉です。

2) あいさつは、合図になる

「これからあなたに話しかけます。」という、合図になります。

3) 相手の言調子がわかる

あなたのあいさつに、相手が明るく返してくれたら、元気なじょうこ。

なんとか暗い感じなら、元気がないのかもしれません。

4) 気持ちをあたたかくしてくれる

あいさつしたり、されたりすると、「じぶんはひとりではない」と
感じ、気持ちがあたたかくなります。

STEP1
じぶんからあいさつする

「おはよう」「こんにちは」「やあ！」

「オッス！」などでも

せまいません。

じぶん
自分からあいさつ

しましょう。



あいさつの
3ステップ

STEP2

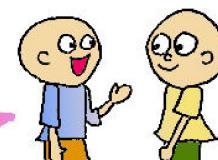
あいさつの前後に
相手の名前をつける

なまえ
名前をよばれると、自分が大切にされているように
感じますよね！！



STEP3

相手の目みて
笑顔で
聞こえる声で!!



うつりさわやかコミュニケーション

第4回『あいさつについて知ろう』