

# ほけんだより

令和7年9月号

山名小学校 保健室

おうちの人とよみましょう

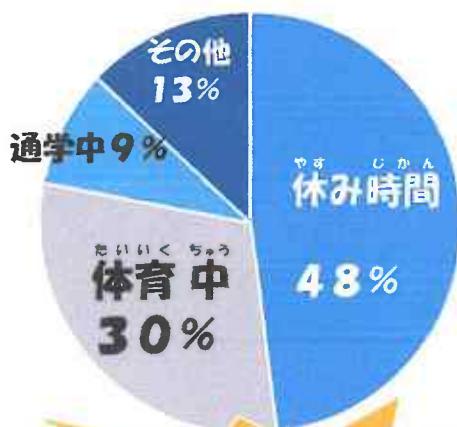
9月9日は救急の日

9月の保健目標

## けがに気をつけよう



いつけがをしているか？



キケンをよそくして、  
かいひする力をつけよう！

### ◎学校でのけがで医療機関を受診された方へ

- 学校で起きた負傷（自己負担額1500円以上のケガが対象）は、医療費や見舞金を請求することができます。
- 子ども医療費助成制度は使用しないでください。受給者証は提示せず、医療費をお支払いください。
  - 医療機関で「学校でのけがである」ことを伝え、学校から受け取った書類を提出してください。
  - 下校後に痛みが増して病院を受診した場合は、学校まで御連絡ください。学校で書類をお渡ししますので、次回の受診日に医療機関へ御提出ください。
  - 医療機関での書類の記載が済みましたら、学校へ提出してください。

むし歯がある子が急増しています！



磨き残しが多いと  
『歯垢』が『歯石』となり、歯周病やむし歯の原因になります。右利きの場合は右上下の歯の内側・左利きは左上下の歯の内側に磨き残しが多いので、意識し磨きましょう！

こま たす もと じゅえんりょく み つ  
～困ったときに助けを求める「受援力」を身に付けよう～

みなさんは、気兼ねなく相談できる相手はいるでしょうか。「ギブ＆テイク」の「ギブ」ばかり重視しがちですが、「テイク」もとても大切です。人が自分ひとりで生きていくのは不可能なこと。人に頼ることは、弱いことではありません。「人に迷惑をかけてはいけない」ことよりも「人は誰かに頼ったり、頼られたりしながら生きていくのだから、困っている人がいたら助けてあげよう」と子どもに伝えたほうが受援力を身に付けやすくなります。また、人の役に立ったとき「役に立てて嬉しい」という自己効力感がアップします。

「受援力」…困ったときに助けを求める、助けを受け入れたりする心構えやスキルのこと

★頼り上手になるキーワード…KSK

参考資料:『健』「受援力」第4回子どもが受援力を身に付けるために



★クッション言葉を使って、やさしく伝えてみましょう



きも ことば つた  
★気持ちを言葉で伝えてみましょう

「ふつう」「やばい」ばかり、いってませんか？  
レベル①ひとことでおわらせない！



おこりながら、はなしていませんか？

レベル②どんなふうにつたえるか、かんがえてはなそう！

