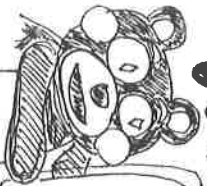


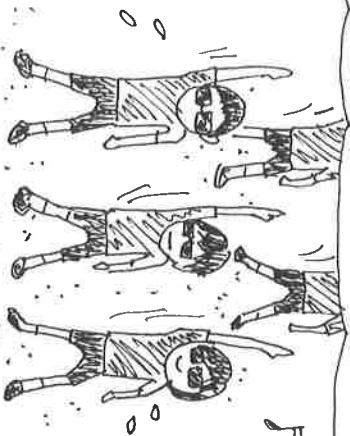
はぐお



くまもと
キッズサークル
9/1～9/15



早ね 早おき 朝ごはん!
今朝、保健室の朝ごはんを食べてくれましたね。



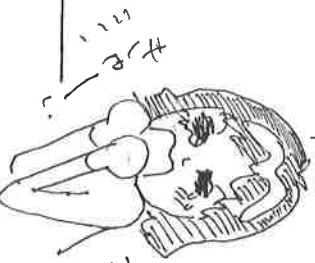
ムスメ

とても暑い中で運動会に向けての練習をがんばっています!



やっぱり朝ごはん
っていいですね!
いけませんね!

おうちの方から「もっと食パンがほしいよ!」
とわかれたり。時間がきて、歩いて登校中
(とてと遠いので毎日、しゃがんで歩いてます!!)
「いいえ、さうです。」



すばらしい気持ちの
ひたこをつくるために
がんばります。

「やっぱり朝ごはん!」

(保健学習 ケースその1)

今週はとても暑くて、汗びっしょりでの運動会練習です。そのうえ...

①朝早く家を出て、長い距離を歩いてきています!

②運動会練習では、上級生として、リードしている。

③身長が高い、または、成長(身長伸び)のピークの時。

④前の日の夜、じゅんぶん寝れなかった。

⑤朝ごはんが、少なめにしか食べられなかった。...などなどが、たまたま重なることがありますよね。

本日は、普段より多めのエネルギー摂取が必要になりますが、前の日に時間の都合や、食欲がわかず、少な目朝食の時もあるでしょう。

練習中に、気分が悪くなり、顔色が悪くなったり、気持ちが悪くなったりすることもありますが、きつい思いをすることもありますが、それも経験として、よい勉強です。

がんばりやさんの口から「やっぱり朝ごはんって、いっぱい食べられないといけませんね!」とのつぶやきが。かわいい顔が輝いています。

翌朝、いつものように通学路を歩いてきて、「今日は大丈夫です!」の笑顔も見せてくれました。『ありがとう!』

(保健学習 ケースその2)

全力を出し切った全体練習の終わり近くに、気分が悪くなり(顔色もなくなっていました)その場にすわったので、ひかげのチームに移動させました。

無理をして立ったままであつたら、倒れて二次的にけがをしてしまうかもしれません。

「ちゃんとすわれたね」と言うと、教室で先生から、「...こんな症状の時は、その場にすわる」と教えてもらっていたことをはなしてくれました。しつかり聞いてしつかり行動ができています。

☆ケースレベル ビ 健康教室 見てね!