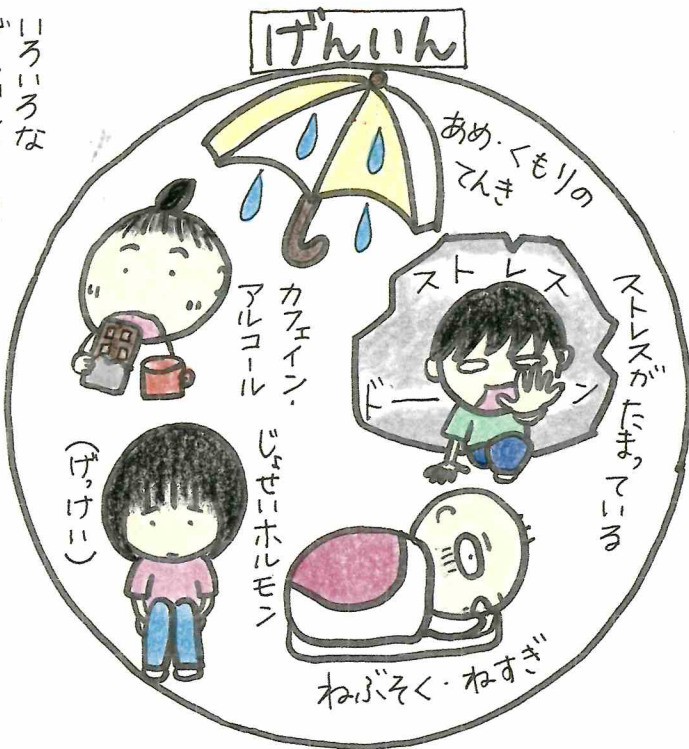


# ほけんだより (からだ)

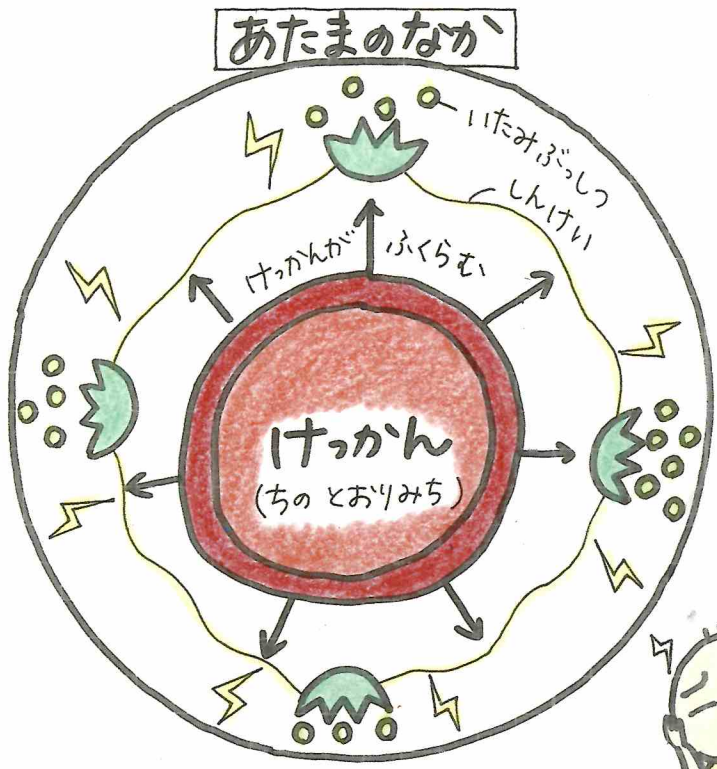
令和6年7月 池田市立奉野小学校保健室

いろいろなびょうきをしろう③  
**へんずつう** ※ずつうの  
 ひとつです

へんずつうの  
 おこりがた

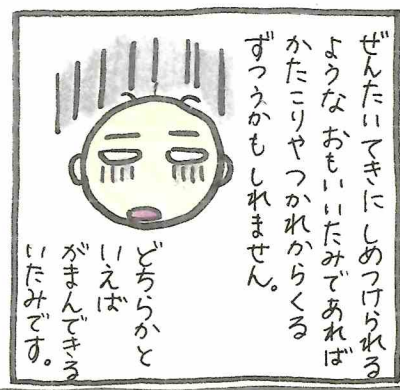
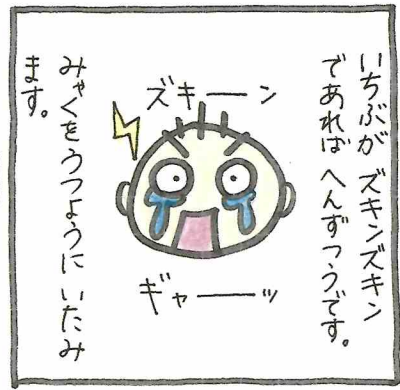


いろいろな  
 げんいんによって  
 あたまのけっかんが  
 ふくらんで  
 しんけいにあたって  
 いたみぶっして  
 ズキズキ いたむのです。

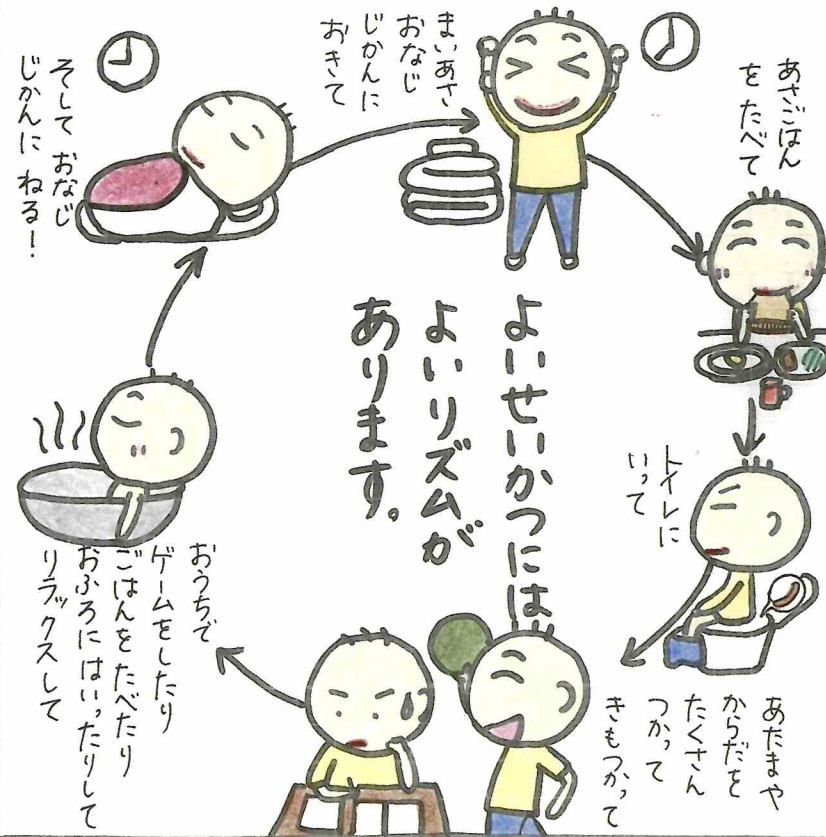


あめのひや ねるのがおそくなつて  
 ねぶそくがちなげつようびは  
 「あたまがいたい」といってほけんしつに  
 くるひとがたくさんいます。  
 へんずつうはあたまのいちぶが  
 ズキンズキンといたみます。はきけ  
 がおこることもあります。

どうしたら  
 いいか  
 あたまがいたいときはまずねつを  
 はかりましょう。  
 たいおんが70よりも  
 たかいたきはへんずつう  
 ではなく、ね、ちゅうしょうや  
 かんせんしょうかもしれません。  
 ねつがあればびょういんへ。  
 つぎにどろがどのようになりたいの  
 かも かんがえてみましょう。



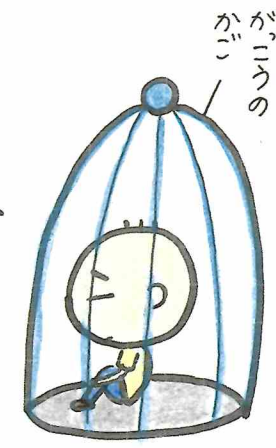
へんずつうはくりかえすことがおおい  
 ので、せいかつをととのえてたいしつを  
 かえていくこともたいせつです。





# たのしくいきる③ ほんとうのじゆう

がこにうにはじゆうがないとおもっているひとへ。

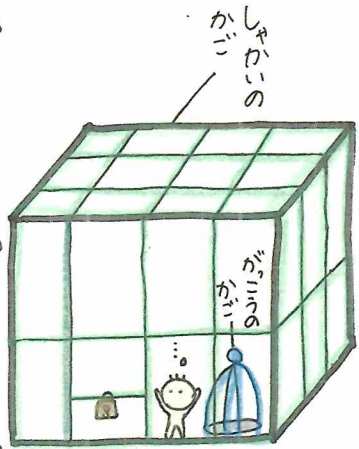


じゆうちゆうじゆうにおしべりできないし、ずとみんなどあそんでいたりおこられるし、おながすすいてもキョウしくのじかんまでたべられないし...

じゆうになりたいあなたはどうしますか。

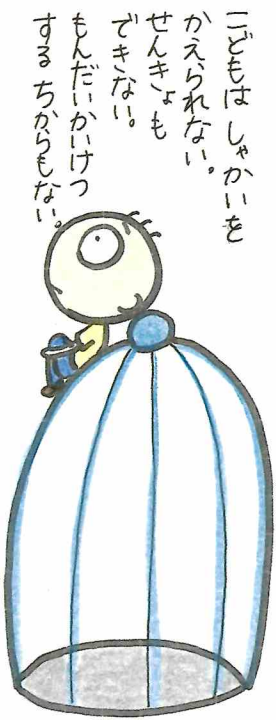


にげだしたとき、そのせいかいどうなっているか。そうぞうでキきますか。



かこのそとにも、もとおおきなかこがあるだけ、そこからにげだしても、け、キョウじゆうになつては、ありません。

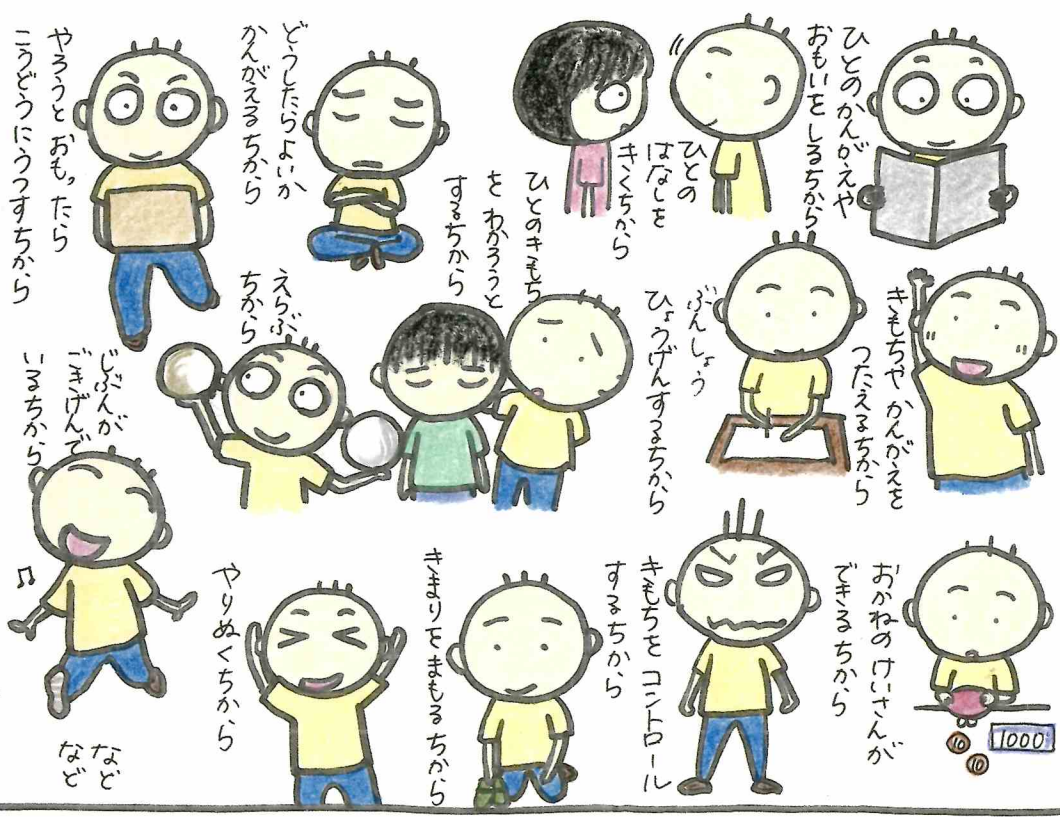
こどもはまだちからがないから、せきにもとらなくてもいよいよに、かこのなかで、まもられています。まもられてあんぜんだけ、ほんとうのじゆうはありません。



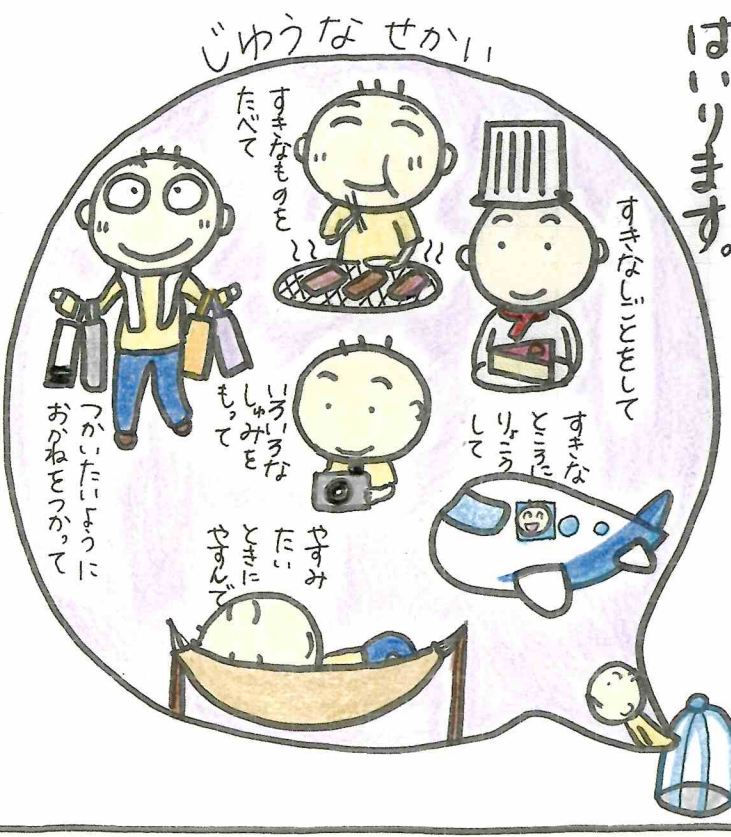
こどもは、しゃかこをかえられない、せんきも、できなく、もんだいかい、つするちからもない。

じゆうとは、せきにんがとれるひとにだけ、あたえられるものです。いまは、ちやうど、ふじゆうでキョウくつな、かこのなかだけで、たのしくいきることは、みんなにも、できません。

それは、おとなになって、ほんもののじゆうが、てにいれられるように、たくなのちからをつけることです。



どんなちからをつけるかは、じぶんがえらんでキめたらいい。ちやんとちからをつけて、せきにんがとれるにんげんになったら、ほんとうのじゆうが、てにいれます。



あなたは、どんなじゆうが、ほしいですか。そのために、どんなちからをつけて、いけませんか。