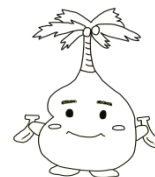


大

王

や

し



発行所 台中日本人学校（台中市日僑学校）

ホームページ <http://tjs.ehosting.com.tw/>

e-mail tjs97@ms18.hinet.net

校長室から

校長 廣瀬孝二

新学期が始まり、子どもたちの元気な姿を見ると充実した夏休みだったことが覗えます。

夏休み中の台風13号で台中校も多くの被害がありました。学校のたくさんの木は倒れ、枝はあたりに散乱状態でした。また、屋上にあるエアコンの室外機も猛烈な風で飛ばされたり、倒れたりしました。プールのテントもずたずたになりました。しかし、職員の努力で一部を除きなんとか復旧ができ、新学期を迎えることができました。

いよいよ二学期が始まります。始業式で子どもたちにこんな話をしました。

「二学期が一番長いそしてよい季節の学期です。この二学期をいろいろな面で充実したものにしましょう。

まず一番は、学習です。落ち着いてしっかり勉強をしてほしいと思います。本もたくさん読みましょう。

つぎは、体力づくりです。しっかり運動して体を鍛えましょう。

そして、あいさつ世界一を目指して頑張ってください。」

このように、二学期は、まず、落ち着いた環境の中で授業をしっかりやっていきたいと考えています。一時間一時間の授業の中で、子どもたちの考える力やコミュニケーション能力を育てることが第一の目標です。

また、一学期最後の大王やしでも書きましたように、小学校高学年、中学部の体力が全国平均に比べかなり低い現状です。そのことから、体力づくりに取り組まなければならないと考えています。特に、走ることが体力の基本です。「走」を中心に据えた体力づくりを進めていきたいと思っています。

このように、学力と体力の充実を二本柱にし、あいさつや読書についても関連づけていくことで心身ともに充実した二学期にしたいと思っています。

今学期もご協力をよろしくお願いします。



8. 9月号保健だよ！

台中日本人学校
保健室

こんげつ ほけんもくひょう 今月の保健目標


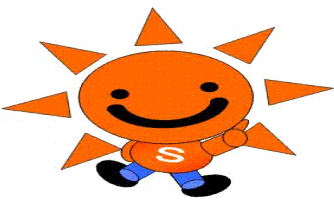

ぼうし
けがの防止につとめよう。

たの 楽しかった夏休も終わり、2学期が始まりました。夏休みの間に崩れてしまっ
なつやす お がつき はじ なつやす あいだ くず
た生活のリズムを取り戻すには、早寝早起きをするのが大切です。2学期は楽し
せいかつ と もど はやねはや お たいせつ がつき たの
い行事がたくさんあるので、健康管理に気をつけて元気いっばいに過ごしましょう。
ぎょうじ けんこうかんり き げんき す
水泳もまだ続いています、家庭での朝の健康観察をよろしくお願いします。

せいかつ みだ がいせん 生活リズムの乱れを改善しよう！！

がっこうせいかつ おく とき よるおそ お よくあさ き じこく
学校生活を送っている時は、夜遅くまで起きていても翌朝は決まった時刻にな
ねむ お どうこう やす ちゅう よるおそ お
ると眠いながらも起きて登校しています。しかし、休み中は夜遅くまで起きていて、
あさ ね ひるね かんきょう やす あ おそねおそ
朝もゆっくり寝ていられ、昼寝もできる環境でした。そのため、休み明けは、遅寝遅
おき せいかつ よるがたか しゅうかん ぬ あさ から ぽーとして、午後
起きの生活で夜型化してしまった習慣が抜けきれず、朝からポーとして、午後
じゅうぎょう げんき
授業ではことさら元気がなくなってしまうがちです。

さらに、水泳記録会の練習も始まり、厳しい暑さで一気に体調を崩してしまう
すいえいきろくかい れんしゅう はじ きび あつ いっき たいちよう くず
ことがあります。早く学校生活のペースに体を戻していくために、まずは次の3点
はや がっこうせいかつ からだ もど つぎ てん
を意識して睡眠リズムから整えていきましょう。

<p>①まずは早起き！ 無理やりでも、まずは早起きすることで軽い睡眠不足状態になり、夜は早くから眠くなり、早寝することができます。</p>  <p>© 生活改善センター</p>	<p>②朝日をたっぷり浴びる！ 脳は日光を浴びることで朝がきたことを知り、脳が目覚め、体の活動スイッチが入ります。</p> 	<p>③昼間に十分動く！ 昼間の活動量が十分でない、夜になってもなかなか眠くならず、夜更かしのもととなります。</p> 
---	---	---



簡単なけがの手当て



もし、けがをしてしまったら。。。。。

ほけんしつ く まえ ちゅうい
保健室に来る前に注意すること

★すりきず・きりきず

ぐち すいどう みず あら
きず口を、水道の水できれいに洗っ
ておきましょう。そのままにしておく
と、ばい菌が中に入ってしまうます。



★鼻血 (はなぢ)

すこ した む おやゆび ひとさ ゆび
少し下を向いて、親指と人差し指で
はな つよ
鼻を強くつまんでおさえましょう。



★つきゆび・ねんぎ・だぼく

むり うご
ひっぱったり、無理に動かしたりしな
いようにして、こおり ひ
氷で冷やしましょう。



★目にごみが入った

- りゅうすい あら
① 流水でまばたきをしながら洗い
なが
流します。(目をこすらないこと)
いぶつ いた のこ
② 異物がとれても痛みが残っていた
ら、こおり うえ ひ
氷などでまぶたの上から冷や
します。

★やけど

- りゅうすい じゅうぶん ひ
① すぐに流水などで十分に冷や
します。
みず
② 水ぶくれをつぶしてはいけませ
ん。つぶすとばい菌が入って悪化
してしまいます。

平成27年度(2015年度)

9月学校行事予定表

★生活目標・・・規則正しい生活をおくろう。

★保健目標・・・けがの防止につとめよう。

日	曜	週	児童生徒行事	下校バス発車時刻						
				小1	小2	小3	小4	小5	小6	中学部
1	火	B	学部別朝会	2台14:55		2台15:55		3台16:55		
2	水	B	身体2計測 視力検査(～3日)	5台14:55						
3	木	B	委員会 身体2計測 視力検査(中学部)	3台15:55						2台 16:55
4	金	B	計算コンテスト	2台14:55			3台16:55			
5	土									
6	日									
7	月	A	小委員会	2台14:55			3台16:55			
8	火	A		2台14:55		2台15:55		3台16:55		
9	水	A		5台14:55						
10	木	A	集金日、芸術鑑賞会(ミュージカル)	5台15:55						
11	金	A	漢字コンテスト 1・2年校外学習(中休み～3校時)	2台14:55			3台16:55			
12	土									
13	日									
14	月		夏休み作品展(～18日)	2台14:55			3台16:55			
15	火	B	小学部4年生社会科見学	2台14:55		2台15:55		3台16:55		
16	水	B	外清掃、職員会議	5台14:55						
17	木	B		3台15:55						2台 16:55
18	金	B	水泳記録会 部活動中止(7時間授業)	2台14:55			3台16:55			
19	土									
20	日									
21	月	A	921全校朝会、避難訓練	2台14:55			3台16:55			
22	火	A	中学部音楽朝会 小学部交流会	2台14:55		2台15:55		3台16:55		
23	水	A	小5社会科見学	5台14:55						
24	木	A	中委員会(7校時)、中1職場訪問(6校時まで)	3台15:55						2台 16:55
25	金	A	部活動中止(中間テスト前)	2台14:55			3台15:55			
26	土	A	授業参観 学級懇談会 新民体験入学説明会	5台11:55						
27	日		中秋節							
28	月		中秋節振替休日							
29	火		授業参観振替休業日							
30	水	B		5台14:55						

授業日数21日

10月の主な予定

2日(金) 中学部2学期中間テスト	14日(水) 生徒会選挙投票日	24日(土) 学習発表会
5日(月) 全校朝会 小委員会	17日(土) 秋祭り	26日(月) 振替休業日
6日(火) 小2音楽朝会 体重計測(～7日)	20日(火) 学習発表会リハーサル	27日(火) 全校朝会
生徒会役員選挙運動期間(～14日)	部活動中止	29日(木) 委員会
8日(木) 集金日	21日(水) 外清掃	
9日(金) 国慶節振替休日、英検②1次	22日(木) 中委員会	※()内の行事は未確定です。
10日(土) 国慶節	23日(金) 学習発表会準備	(マラソン前健康診断)
	部活動中止	(インフルエンザ予防接種)