

ほけん だより



令和6年10月23日
兵庫教育大学附属小学校
保健室 第2号

10月の保健目標：目を大切にしよう

附属小学校のみなさん、こんにちは！最近では、休み時間に実習生と外で元気に遊んでいる姿をよく見かけます。運動するのに気持ちが良い気候ですね。

1日の気温差が大きい季節の変わり目は、体がうまく気温の変化に対応できず、体調をくずしやすくなります。

今まで以上にたっぷりのすいみんをとるように心がけましょう(^^)

2学期は各学年にたくさんの学校行事が予定されていますね。学校の外へ出る学習では、先生の話をよく聞き、周りをよく見て行動しましょう。大きなけがや病気なく、楽しい思い出を持って帰ってきてください (^^)

立ち去る前にふりかえる🐼

「運動場で遊んだあと・・・」「図書室で過ごしたあと・・・」「こうい室で着がえたあと・・・」

みんながいなくなったあとに、残されているものはありますか？

「立つ鳥 あとを にごさず」ということわざがあります。

立ち去る前にふりかえり、持ちものが残されていないか自分の目で確認し、きれいに立ち去りましょう！



わすれないで～



おいてかないで～



先生も小学生のころ、落としものや忘れものばかりしていて、「ないない～」と、お母さんに一緒に探してもらってばかりいました。

立ち去る前に、自分がいた場所をふりかえるように意識し始めてから、落とし物や忘れ物がへり、自分のお気に入りの持ちものと長く一緒に過ごせるようになりました(^^)

みなさんの持ちもの1つ1つはお家の人のお金で買ってもらった大切な持ちものであることを忘れないでください。

保護者の方へ



2学期も折り返し地点となりました。ご家庭でのお子さまの様子はいかがでしょうか。

9月から10月にかけて、校内でマイコプラズマ感染症や水ぼうそうにより出席停止となった児童が数名おりましたが現在は減少傾向です。

昨年度は、10月後半から12月にかけてインフルエンザによる学級閉鎖が多数ありました。感染症が流行しやすい時期となりますので、手洗いうがいや、風邪症状を伴う際のマスク着用等について、ご家庭でもお声がけをお願いします。

学校行事に伴い、お身体のこと等で心配事がありましたら、養護教諭へもお気軽にお声掛けください。

近年では、子どもたちが、自分自身の体を大切にし、身を守る行動をとるために、幼少期から「性」や「いのち」に関わる正しい知識を伝えておくことが大切だと言われています。

毎年、4年生の保健「思春期に起こる体の変化」について授業をすると、「自分の体にそんな変化が起こるとは知らなかった!」「命ってそうやって誕生するんだ!」など子どもたちから素直な驚きや感動が返ってきます。成長を迎える前に正しい知識を知っておくことで、安心して、成長していく自分の体と向き合ってもらいたいと思っています。加えて、一人ひとりの命は、おうちの方にとってたった一つの大切な命であることを伝える貴重な機会と感じています。

保健教育を進める中で、学校での授業や声掛けのみでは子どもたちが十分に理解することは難しいと感じています。ぜひご家庭でも、早い時期から「性」や「いのち」について、お子さまと話をする機会をつくっていただけたら幸いです。

4年生に保健教育をしました！



4年生の「保健」の時間に「思春期に起こる体の成長」について、各クラスで一緒に勉強しました。

授業の初めに、「成長のスピードには個人差がある」ことや「プライベートゾーンの話」をふざけたりからかってすることはマナー違反!という約束を伝えました。

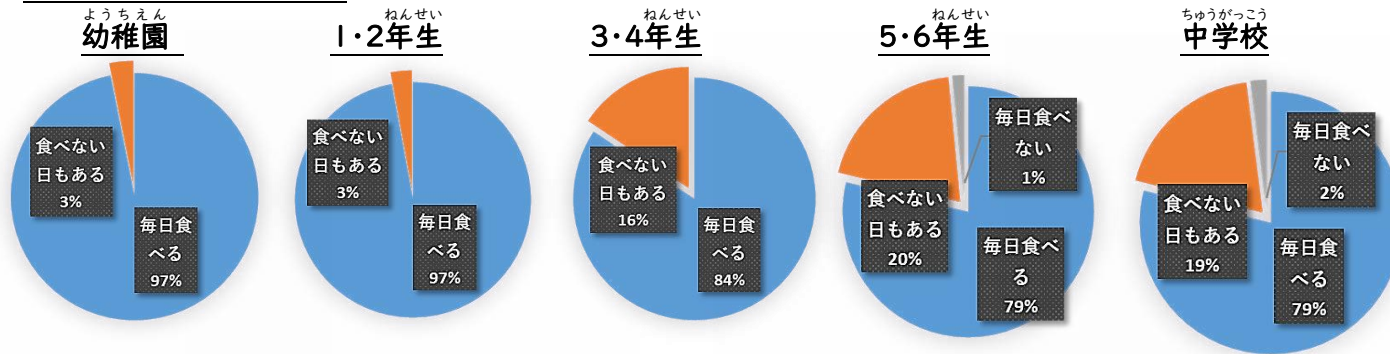
その上で、体つきの変化や、男子には「精通」、女子には「初経」が起こること、新しい命はどのように生まれるのかについてお話ししました。「みなさん一人ひとりの命は、2つのいのちのもとから生まれた、とても大切な命です」ということも、合わせてお話ししましたね。

初めて聞くことが多く、「へえ～!」「なんでそんなことが起こるん?」と、自分事として興味をもってたくさん質問を投げかけ、集中して話を聞いてくれましたね。

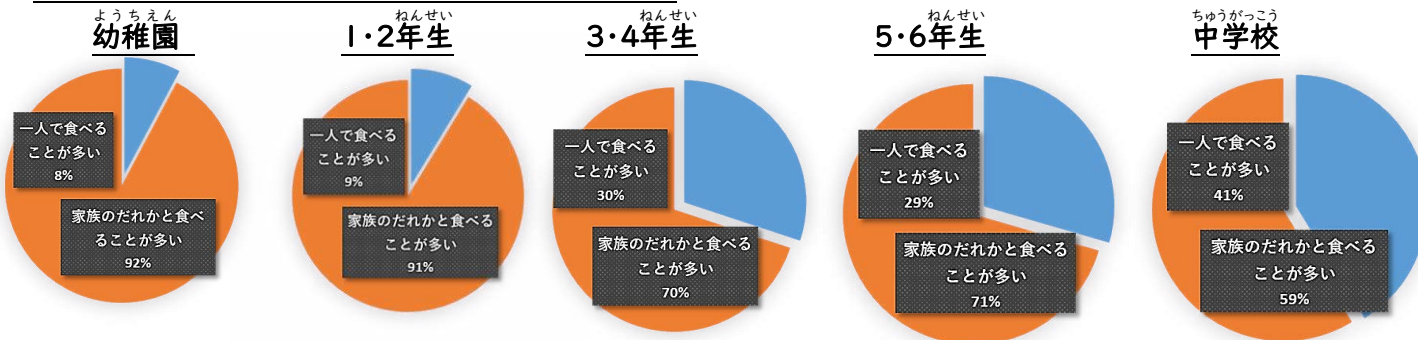
また何か困ったときには保健室の先生のこともとってくださいね(^^)

ふぞくごうどうせいかつしゅうかん
3附属合同生活習慣アンケート結果発表 ～食事～ 2024年7月実施

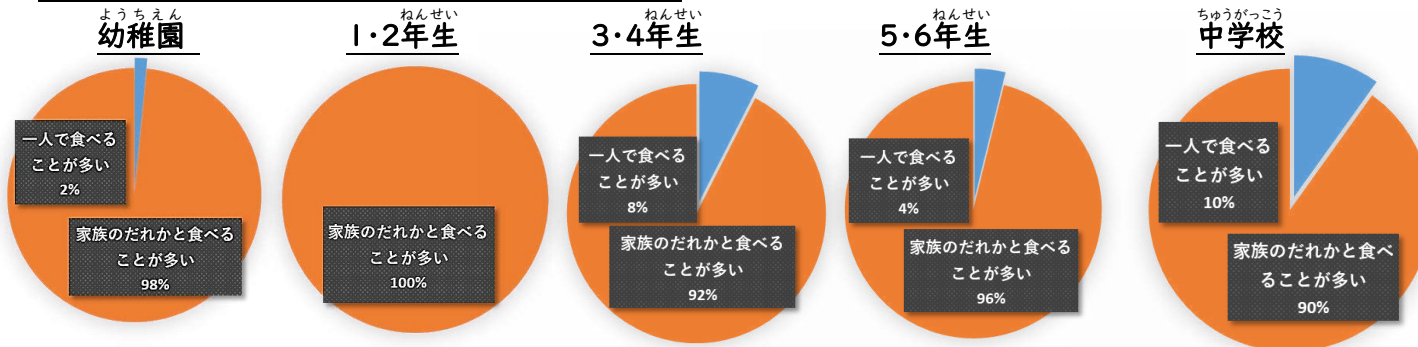
Q.朝ごはんを食べますか？



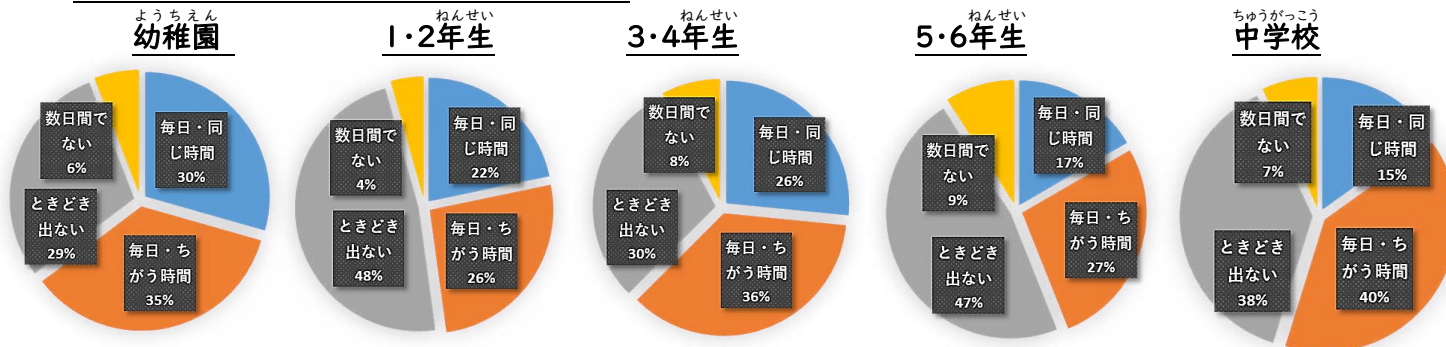
Q.朝ごはんはいつもだれと食べる人が多いですか？



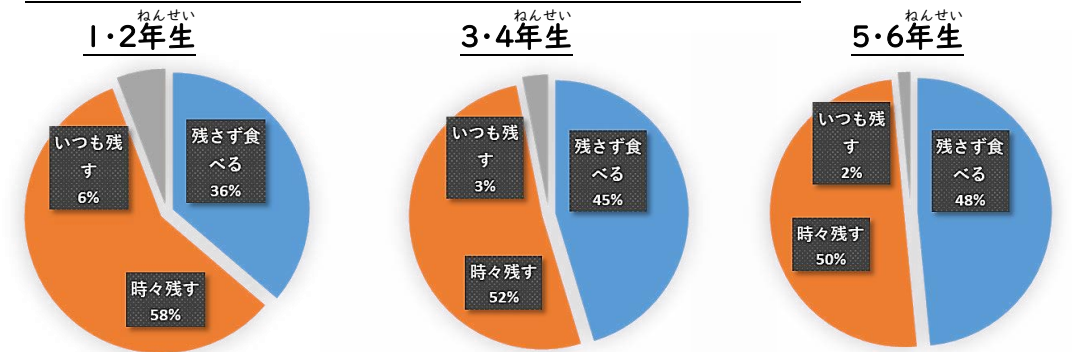
Q.夜ごはんはいつもだれと食べる人が多いですか？



Q.大便(うんち)は毎日どのように出ますか？

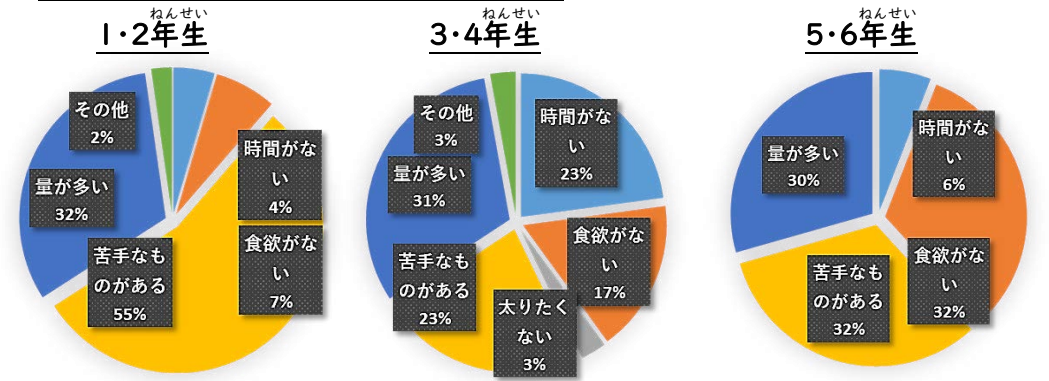


Q.家でごはんを食べているとき、食事をのこすことがありますか？



あさ朝ごはんを食べて
げんきモリモリで
がっこうへ来て下さいね。

Q.食事をのこすとき、その理由は何ですか？



あさ朝ごはんのあとが
いちばんのうんちチャンス！
いきたくなくても
トイレに座ってみることを
おすすめ。

