

～感染症対策 続けて頑張っています！～



新型コロナウイルス感染症の流行が少し落ち着いてきたかな？と思う日もありますが、気を抜かず学校でも感染症対策を継続しています。

対策の一つとして、アルコールを染み込ませたペーパータオルで毎日給食前に全員の机を拭いています。

写真の、昼休みの保健室。ペーパータオルを半分に折って、拭きやすい大きさにする作業を、以前は保健委員会さんに頼んでいたのですが、今では委員会の垣根を越えて5年生が毎日手伝いに来てくれています。（いつもありがとう！）

“ぐったり” さんはいませんか？



- ☑ 夏の疲れが残っている
- ☑ 日中と朝晩の気温差に慣れていない
- ☑ クーラーで冷やしすぎている

そんな人は…

- お風呂で体を温める
- 睡眠時間を見直す
- 羽織るものを持っておく



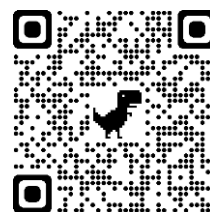
9月前半の「すこやかカード」へのご協力ありがとうございました。保健厚生部さんに集計など、ご協力をいただいています。

集計結果は後日お知らせします。

9月の連休やお休みでリズムがつかめず、心身の調子になんとか良くない…という人が保健室には毎日やってきます。感染症による不調なのか見分けが難しい部分もありますので、本人や家族のみなさんと相談しながら一番良い方法を考えたいと思っています。気になることはいつでもご相談ください。

【来月のスクールカウンセラー 来校予定（現在予約可能な時間）】

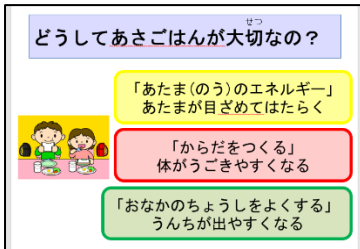
10月 8日（金）	① 13：50～ ② 14：50～
10月15日（金）	① 13：50～ ② 14：50～
10月22日（金）	① 13：50～ ② 14：50～



「ほっとステーション」
カラー版はこちら

9月はどの学年にも心やからだについてお話をした月でした。

～身体測定時の「ほけんのお話」～

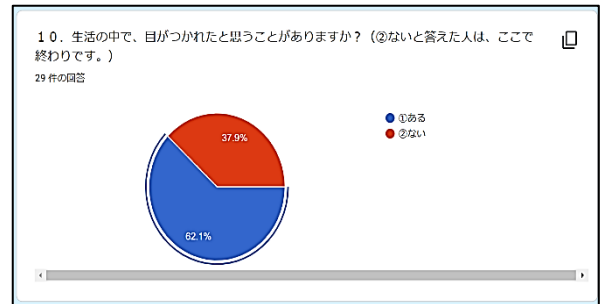


1.2年生の指導に使ったスライド
「朝ごはんの大切さ」

学年	指導内容
1・2年	バランスの良い朝ごはんについて
3年	生活リズムをととのえる ～すいみん編～
4年	目の健康について（目が疲れないようにするために）
5年	目の健康について＋宿泊学習に向けて
6年	目の健康について＋睡眠と学習の関係

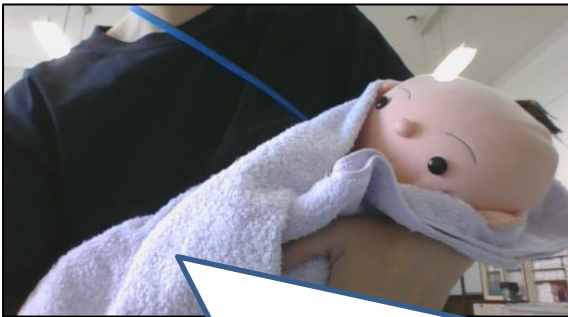
身体測定時には、「ほけんのお話」をしました。学年ごとにテーマを決めて、卒業までに様々な視点で心や体の健康を保ったり、より良くしたりする方法を考えています。

今回、新しい取り組みとして1人1台配当されている端末を使用して、4～6年生に「目についてのアンケート」を取りました。その場で一緒に結果を確認しながら、目の健康について考えました。いかに心身の健康を保ちながらメディア機器を活用していくかを子どもたちと一緒に学んでいきたいと思えます。



↑ Google フォームという機能を使ってアンケートをとった結果。集計作業をしなくても一瞬で結果を見ることができます。

～4年生 保健の授業「体の発育・発達」～



4年生の体育（保健）の「体の発育・発達」という単元で、思春期に起こる体の変化（第二次性徴）について4時間一緒に学習しました。

入学時からの身長の変化を1年ごとにグラフに表して今までの成長を実感する時間から始まり、体の外側・内側・心の変化について学びを深めました。

体の中（生殖器）の変化についての学習に合わせて、赤ちゃん人形も抱っこしてもらいました。小さい妹弟がいる人は抱っこが上手だったり、「首がグラグラする！」とドキドキしながら抱っこしてみたり、それぞれの反応を見せてくれました。

これまで「性」教育というと男女別の学習で、なんとなく聞かれたくない話というイメージだったと思いますが、子どもたちが思春期を通して大人になっていくときに、『生』きていくために必要な教育（生教育）です。ワークシートに「何でも質問・相談コーナー」を設けると、たくさんの質問や相談が寄せられました。

ご家庭でも体や心の変化について話をする機会にしていただければと思います。回答に悩んだときは「保健の先生にも聞いてみてね」と言っていただければ、一緒に考えます。

