



令和7年3月号
葉鹿小学校
保健室

校庭の桜のつぼみがだんだん膨らんできました。寒さの中にも春の訪れを感じます。現在のところ本校では、感染症の罹患報告が減少してきています。しかし、油断することなく石けんを使った手洗いや換気等、感染対策を心がけてください。1年間、感染対策や保健教育にご協力・ご理解をいただき、ありがとうございました。



1年間の保健室来室状況

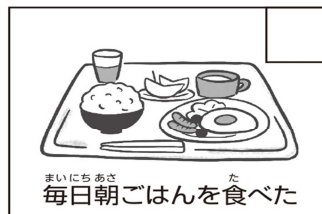
1年間（4月～2月28日まで）で保健室に来室した児童は**1384人(昨年度1752人)**でした。「昼休みの終わりのチャイム(予鈴)と同時に、ボールを蹴ったり、投げたりはしないでください。」というお願いをしたところ、大幅にケガ人が減少しました。一番多かったケガは「打ぼく」です。次に「すり傷」「ねんざ・つき指」でした。以下は、本校のケガの事例です。

①昼休み終了時、走って昇降口へ向かっている途中、誰かとぶつかった。②ドッジボール中、ボールが顔面にぶつかった。③おにごっこ中、ころんだ。④掃除中、雑巾がけをしていて指を壁にぶつけた。等です。体調不良で一番多かったのは「気持ちが悪い」です。次に「頭痛」「腹痛」でした。登校直後からいつもの元気がないお子さんがいます。登校前の健康観察をよろしくお願いいたします。



1年をふり返ろう!

「できた!」と思うものに
○をつけてね





聞だけじゃない!



耳の大切な機能

私たちは、耳を使って音を聞き、自分の周りの情報を集めたり、コミュニケーションを取るために相手の言葉を聞いたりします。さらに、耳の奥には体のバランスを取るための器官があり、動きを常に感じ取っています。いつも大事な働きをしている耳を大切にしましょう。



耳元で大きな声を出さない



鼻をかむときは、片方ずつ押さえてかむ。優しくかんでくださいね。



耳や耳の近くをたたかない

あたりまえをありがとうに



「あたりまえ」とは、そうあるべきこと(=当然)や、ありふれていること(=普通)という意味。一方「ありがとう」は、めったにない・めずらしいことを意味する「有り難い」からできた言葉で、みなさんが知っているように感謝の気持ちを表します。

3月9日は「サンキューの日」。やってもらって「あたりまえ」ではなく、「いつもありがとう」と伝えられたら、ちょっとだけハッピーになれるかも!?

4月から健康診断が始まります。

児童のプライバシーや心情に配慮しながら、正確な検査・診察を実施していきます。円滑な健康診断実施のため、保護者の皆さんにご理解・ご協力をお願いいたします。

①運動器検診・・・新学期になってから「保健調査票」を配付いたします。

特に「脊柱や胸郭の疾病及び異常の有無」については、**ご家庭で保護者による丁寧な確認をお願いいたします**。学童期には、原因不明で「突発性脊柱側湾症」を発症する場合がありますので、よろしくお願いたします。「しゃがみこみ」については、春休み中に練習をしておいてください。

②心臓検診(1・4年生)・・・心臓の疾病及び異常の有無を確認するために、肌に直接聴診器を当て聴診することになります。(下着等の上からでは心臓の音が聞こえづらいため)

★正確な検査・診察に支障のない範囲内で「体育着や下着等の着衣」又は「タオル等で身体を覆う」などの配慮をします。検査に必要な準備物の持参にご協力をお願いいたします。

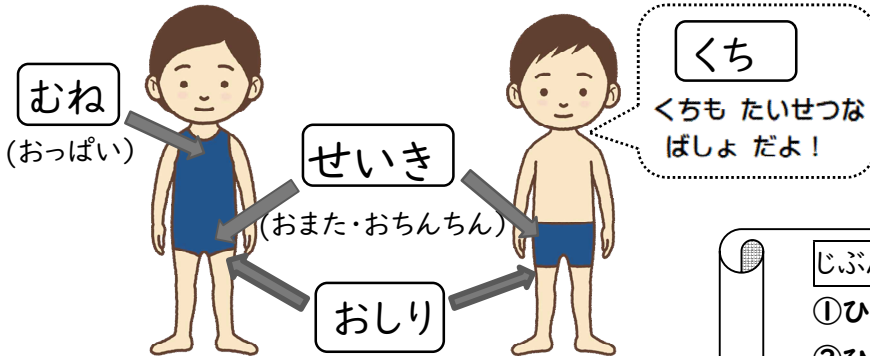


「プライベートゾーン」って知っていますか？

1年生の学活で「だいじな からだをまもろう」について勉強をしました。自分の体はすべてが大切です。特に、プライベートゾーンと呼ばれる場所は、自分だけの大切な場所です。なぜなら、体の中や命につながる場所だからです。プライベートゾーンは、病院等でみてもらうとき以外は、人に見せたり触らせたりしてはいけません。ほかの人のプライベートゾーンも、その人にとって大切な場所なので、勝手に見たり触ったりするのは、絶対やめましょう。ご家庭でも話題にしてみてください。

プライベートゾーン …… じぶんだけの たいせつな ばしょ

みずぎ でかかれている ところ



ひとのプライベートゾーンは…

- ①みない。
- ②さわらない。

じぶんのプライベートゾーンは…

- ①ひとにみせない。
- ②ひとにさわらせない。
(じぶんでさわるときは、ひとまえでさわらない。)
- ③せいけつにする。

⑩ひとりである時に、「パンツの中を見せて！」と言われたら、あなたならどうする？

△もしも プライベートゾーンのルールをやぶる人にあったら…

じぶんのからだは、じぶんのもの。

ともだちのからだは、ともだちのもの。

じぶんのもの、ともだちのもの、だいじにしよう!

★じぶんを まもる 3つの ほうほう

- ①「いや!」「やめて!」と **ことわ** る。
- ② **にげ** る。
- ③ **おとな** に いう。

1年生の感想です!

見せていいときと悪いときがあることを学びました。プライベートゾーンは、自分だけのもの。人にさわらせないことを身につけたいです。

「プライベートゾーン」って、聞いたことがありましたが、場所がわからなかったです。くちとむねとおしりとせいきだとわかりました。大切にしたいです。

仲良しの友だちにもパンツの中は見せてはいけないことがわかりました。

大事な体を守る方法がわかりました。もし、プライベートゾーンのルールをやぶる人にあったら大人の人に話します。

こんなに大事なところがあるんだと知りました。大事な約束を知ることができてうれしかったです。

足利市養護部会西部班では、性教育の指導法について研究しています。今回の指導は、研究共有している内容です。本校では、令和5年度から1年生で実施しています。