

保健だより



令和2年(2020年)1月27日
 国立市立国立第二小学校
 校長 小林 理人
 保健室 NO.10



今年もよろしくお願いいたします

富士見通りから見る富士山は、寒い時ほど美しく見えます。暖冬の今シーズン、冬休み中の健康調査では、インフルエンザにかかった人は11人いました。3学期スタートは低学年でインフルエンザが増えましたが落ち着いてきました。しかし、月末になって6年生で土日明けにインフルエンザ様症状での欠席が増え、学級閉鎖の措置をとることになりました。体調が悪く、朝の体温が37度台の時は登校を控え家庭で経過をみてください。朝は一日のうちで一番体温が低い時間帯です。その朝に37度台という体温は高いです。何らかの不調を伴うときは、家で経過観察してください。また、体力があり予防接種をして抵抗力もある人は、インフルエンザに感染しても症状が出にくく、登校してしまうケースもあるようです。家族がインフルエンザにかかっている場合も配慮してください。

まん延防止にご協力をお願いいたします。



発育測定

3学期の発育測定と保健指導が終わりました。健康カードをご家庭に戻しておりますのでご覧になりましたら学校へご返却ください。6年生は卒業前にお返しします。保健指導では、クラスごとに紙芝居やスライドを使ってお話をします。みんな集中して聴いてくれました。

1年生 三匹のこぶた(食育紙芝居) お肉ばかりのブー ラーメンばかりのフー 何でも食べるウー オオカミに追いかけてすってんころりん ケガがなかなか治らない…赤・黄・緑バランスよく食べましょう。

2年生 血液の話(紙芝居) 「息を吸って～。さて、酸素はどうやって体中に運ばれるの？」赤玉ちゃんや白玉ちゃん、星くん 黄色いジュース 大切な血のお話をしました。

3年生 けがの手当て 2年生で学んだ血液のお話を思い出しながら、自分でできる軽いけがの手当てについて学びました。

4年生 アンガーマネジメント 前思春期のこの時期、怒りとは何か気持ちのコントロールや切り替え方法をもとう！というお話です。

5年生 心の健康 保健の授業に合わせて 理性と本能について学び、様々な経験で思春期は脳新皮質(理性)が発達することを学びました。



性別にかかわらず、服をえらぶ

6年生 中学校あるある 中学校の養護教諭の先生に聞いた中学生あるある。心も身体も変化＝成長していく皆さんに、悩みながらも元気に乗り越えてほしいと、スポーツ障害 食物アレルギー SNSトラブルそして性の多様性についてお話ししました。

