



【PTA会員数配付】
R2. 2. 28
石岡市立南小学校 保健室

3月の保健目標 健康生活の反省をしよう 耳を大切にしよう

3月は一年間のまとめをする大切な時期、勉強はもちろんですが、健康面でもお子さんと一年間の振り返りをしてみてください。視力や歯の治療や検査はお済みでしょうか。特に6年生は、中学校に進学すると今より更に忙しくなると思いますので、進学前に受診しておくようお勧めします。

インフルエンザの流行ほぼ終息

南小学校では、12月中旬から2月にかけて、インフルエンザが流行しました。今年度は12月に2年生の学年閉鎖を行いました。1月以降は感染した児童が少なく2月末までで79人でした。児童達が手洗いやうがいをしっかり行い、マスクの準備等、保護者の皆様にも、ご協力いただいたからと思います。ありがとうございました。現在のところ欠席の児童が少なくなり、流行はほぼ終息しているようです。全国的には、今後しばらく流行が続くと思われまますので、うがい手洗いの励行とマスクの使用に、ご協力をお願いします。



新型肺炎の予防

学校では新型肺炎の対策として、インフルエンザと同様に、手洗いやうがいの励行、マスクの使用、手指の消毒等を指導しています。また、校舎内の消毒を定期的に行い、予防に努めています。新型肺炎の症状の目安として、かぜ症状や熱が4日以上続く、強いだるさや息苦しさがある場合とされています。ご心配な時は、土浦保健所にご相談ください。

学校保健委員会講演会「いのちの授業」

2月13日に行いました命の授業では、お忙しいところ参観していただきありがとうございました。授業を通して、4年生の児童達も周りの人への感謝の気持ちや自分の命を大切にしようとする思いを育めたのではないかと思います。

～参加された保護者の方から～

- ◇体の仕組みについて知ること、そして守ること、命の尊さ、大切さを学ぶことができました。また、家庭の中で話題にするきっかけになりました。これから成長していく中で、大切な命を大事にしようねと、声かけしていきたいと思います。
- ◇赤ちゃんの成長過程がわかりやすくてよかったです。今日の授業で聞いたことが子供達の自尊心や命を大切にする気持ちを高め、そしてさらに他の人にも優しくできたり、大人になったら人を愛することができる素敵なお大人になっているのだろうと思えてなりません。

子どもの「めまい」

「めまい」というと、子どもには少ないと思われるのですが、保健室にくる児童の中で意外に多く見られます。熱が出る前や寝不足、耳によるもの、思春期に多い自律神経の乱れなど、原因は様々なようです。

「めまい」は、自然に治ることが多いですが、頻繁に起きる場合は、かかりつけの病院や耳鼻科に受診することをお勧めします。治療により症状が改善される場合があります。

耳は音を聞くだけでなく、体の平衡機能をつかさどります。毎日の睡眠や運動に気をつけて、耳の健康を保つようにしましょう。

3月の保健行事

- 3日（火）耳の日
- 4日（水）清潔調べ
- 6日（金）6年生を送る会
- 18日（水）卒業式
- 23日（月）給食最終日
- 24日（火）修了式



～4年生児童の感想より～

- ☆あかちゃんの生まれ方や3つの工夫などを聞きました。おかさんも頑張って産んでいると実感しました。
- ☆生まれるまでの準備が整っても、骨盤を通るときに何度も回ったり、顎を引いて顔を傷つけないようにする等、教えられていないのにできることがすごかったです。
- ☆もし、私が赤ちゃんを産む時になったら、中井先生に教えてもらったことを思い出して、赤ちゃんも頑張ってるから私も頑張りたいと思いました。
- ☆プライベートゾーンを大事にしていきたいです。
- ☆本当に命は大切に自分にとって家族にとっても大切な命だと感じました。
- ☆赤ちゃんは最初砂より小さかったということにびっくりしました。そこから今の自分になるということで、人間ってすごいなと思いました。赤ちゃんが生まれるまで、たくさんの困難を乗り越え、「ヒーローじゃん！」って思いました。お母さんも頑張って、お父さんも命のもとを作って自分が生まれたということに感動しました。これからもこの「命」を大切に生きていきたいです。

