



No.10

令和4年12月5日

小松市立日末小学校

保健室

みなさんはりんごは好きですか？冬に旬を迎えるりんごは「1日1個で医者いらず」と言われるほど、栄養がたっぷりです。ちなみに長野県ではよく「りんごがほける」という言葉を使います。これは、時間が経ってりんごの水分がなくなり、おいしくなくなってしまうことを意味します。

健康の記録をお渡しします

保護者の方へ

本日、健康の記録をお子様に配布しました。一緒に見て、成長の喜びと健康面について話していただきたいと思います。確認後、2学期の欄に押印の上**12/8(木)**までに学校へ提出してください。また、健康診断の結果お知らせカードが返ってきていない児童に、受診状況の確認用紙もお渡ししましたので、**12/8(木)**までに学校へご提出ください。

児童のみなさんへ

2学期の身体計測と視力検査の結果を「健康の記録」に記入してあります。1・4年生は眼科検診・耳鼻科検診の結果も記入してあります。

おうちの人と一緒に、自分の体のようすを確認しましょう。

はみがき個別指導を行いました

6月の歯科検診で、むし歯、要観察歯、歯肉炎、歯垢の付着等があり、はみがき指導が必要と思われる児童に歯みがき指導を行いました。ひとりひとりの歯科検診の結果から、みがき残しやすい所がどこかを一緒に確認しました。歯と歯ぐきの境目や奥歯を磨き忘れる人が多かったです。



ぶん なが
3分て長いなあ…

対象の児童に、「はみがき個別指導実施のお知らせ」用紙をお渡ししました。

受診がまだの方は、早めの受診をお願いします。

コロナ・インフルの同時流行に注意!

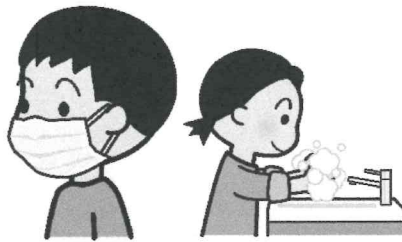
オーストラリアのように今年こそ、「新型コロナとインフルエンザが同時に流行するかもしれない」と予想されています。これまで通りの感染対策を続けるとともに、万が一に備えて食べ物や日用品をストックしておきましょう。ちなみに、コロナウイルス・インフルエンザウイルスのワクチン接種は、同じ日に打つことができます。

健康観察



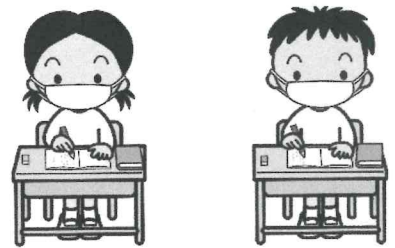
検温、風邪症状の確認をし、
症状がある時は無理しない

マスク・てあらい



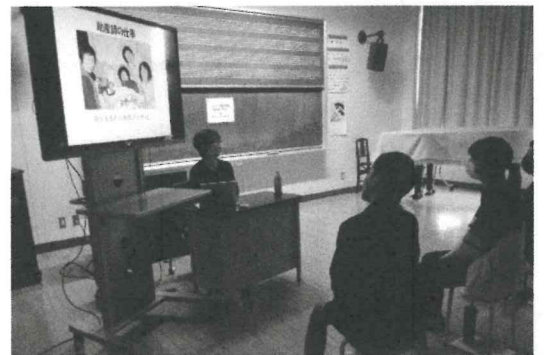
マスクは鼻・あごをおおう
石けんを使ってきれいに洗う

距離をあける



心と体の健康講座ー思春期の性と心ー

5・6年生が参加し、助産師である吉田みち代さんから話を伺いました。児童たちは、35億分の1という奇跡的な確率で生まれてきた自分の心や体を大事にしていこうという気持ちが生えたようです。また、男子と女子の体の違いを知り、お互いの体調を気遣うことの大切さを学びました。



赤ちゃんが産まれたときや
育てているときのお母さん
やお父さんの喜びが少し分
かった気がしました。ま
た、男子と女子の体は違
うので体調が悪かったりし
たらすぐ気づいてあげたい
と思いました。

助産師さんの話を聞いて、
男子も女子も大切にしない
といけなと分かりまし
た。男子なので分からない
けど、出産はすごく痛いけ
ど、嬉しいという感情が湧
きあがってくると分かりま
した。

私や友達がここにいることは
35億分の1の確率だから、
相手のことを思い合っ
てこれから過ごしてい
きたいと思いました。