

「自分のため、人のために考動する笑顔いっぱいさしきつ子」

ほけんだより



令和5年10月
佐敷小学校
保健室 岩田

運動会が終わり、秋らしく過ごしやすい日々が続いています。運動会ではみなさんの一生懸命な姿がとても輝いていましたよ！秋は1年の中で一番過ごしやすい季節だと言われています。読書の秋、スポーツの秋、芸術の秋、食欲の秋、色々なことにチャレンジしてみてくださいね。

健康教室を行いました！

9月の初週に、2学期の健康教室（身体測定+保健指導）を行いました。



1・2・3年生

「けがをしたらどうするの？」

けがの予防と手当の方法について学習しました。鼻血が出たら、下を向くことを知ってびっくりしましたね！



4・5年生

「メディアと上手に付き合おう」

メディア使用のメリットとデメリットについて学習しました。自分のメディア依存度レベルを調べました。



6年生

「SNSへの写真の公開の仕方を考えよう」

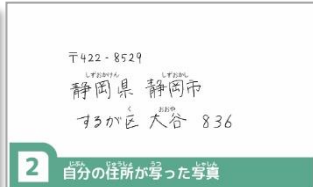
今の若者の生活の一部となりつつあるSNS。写真を公開するときには「誰に向けて発信するのか」を考えることが大切です。

ここでは、6年生が学習した一部を紹介します。みなさんも一緒に考えてみてくださいね！

きれいな写真がとれたら、お友達にも一緒に見てほしいですね！SNSにも種類があります。その特徴を考えながら、4枚の写真をグループ分けしてみましょう！



1 自分で作ったクッキーの写真



2 自分の住所が写った写真



3 友達と一緒にとった写真



4 はだかポーズをした写真

<p>たくさんの人が見る SNS に公開してもよい</p>	<p>決められた人だけに送ってもよい</p>	<p>SNS に公開しない方がよい</p>
	<p>(例)</p> <p>5 自分の家をとった写真</p>	

10/10 は目の愛護デー

私たちが **目** を

スマイルズ



わたし **私は まぶた**

まばたきをして、目にゴミが入るのを防いだり、目が乾燥するのを防いだりしているよ。

ぼく **僕は まゆげ**

目に汗が入るのを防いだり、日差しが強いときに目元に陰を作ったりしているよ。



わたし **私は なみだ**

目の乾燥を防いだり、目に入ったゴミを洗い流したりするよ。



オレ **は まつげ**

目にゴミが入るのを防いでいるよ。



いろいろな役割をしながら、大事な目を守ってくれているよ。目を守るために、自分でできることもあるよ。

それは目を使い過ぎないこと。スマホなどの画面を見るときは、30分に1回は休憩をしてね。

～保護者の方へ～

☆夏休みを利用して、健康診断後の病院受診をしていただきありがとうございました。

☆9月の身体測定の結果を返却しています。気になる点やご心配な点があらわれましたら、お気軽に保健室までご相談ください。

☆運動会も終わり、体調の変化が見られるかと思いますが、引き続きお子さんの健康管理をよろしく願っています！

歯科受診率

25.0%

(9/30 時点)

