



令和6年3月1日(金)
御船町立滝尾小学校
養護教諭 酒井彩伽

お家の人と一緒に読みましょう。

令和5年度も、あっという間にまとめの3月になりました。6年生は中学校へ、1年生から5年生は学年が上がり、もうすぐ新しい生活が始まりますね。その準備の一つとして、「健康面の見直し・振り返り」を行います。この1年間で、何かしらの病気やケガがあった人もいます。これから迎える新年度、病気やケガを予防し、もっと健康に過ごすために「手洗いがあまりできていなかった」、「睡眠が足りていなかった」など、なぜそのとき病気やケガになったのかを改めて考えることが大切です。



ヘッドホン・イヤホンに注意!



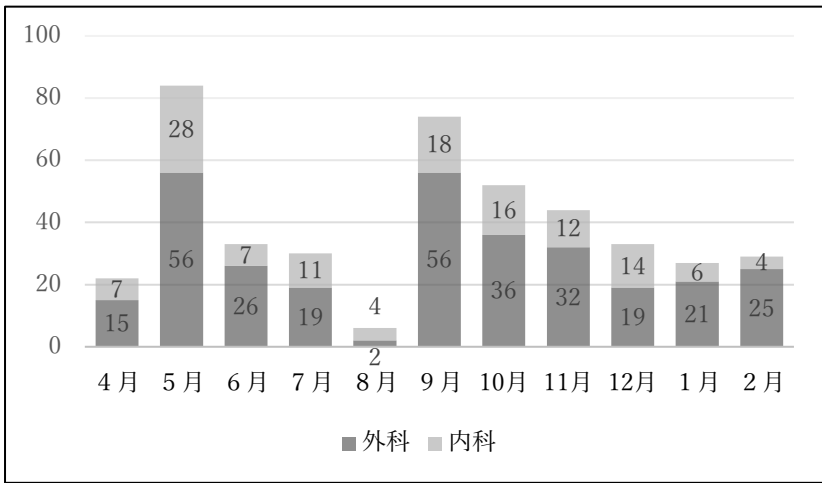
3月3日は耳の日。皆さんは、耳の健康について考えたことがありますか？ スマートフォンやタブレット、パソコンなどで音楽を聴いたり、動画を観たりするとき、ヘッドホンやイヤホンを使う人も多いたと思いますが、長時間の使用はとても危険です！

なぜなら、耳が聞こえにくくなる難聴になるリスクがあるからです。しかも、いったん難聴になったら、回復が難しいと言われています。

大切なのは、予防！ ヘッドホンやイヤホンをしたままでも、周囲の会話が聞き取れるくらいの音量にする、1時間に1回・10分間ほど耳を休ませるなどの対策をしましょう。

○滝尾小保健室の1年間

1年間の保健室利用の様子を数字でお伝えします。
保健室で手当てをした人数(月別)







今年は、5月の運動会の練習時期の体調不良やケガが多かったです。運動会終了後、保健室来室の人数は減少しますが、2学期が始まった9月で再度増加しています。夏休み明け、久しぶりの学校で、外遊びでのケガが目立ちました。

保健室での救急処置において、保健室から物品の貸出をする場合があります。保冷剤や保冷剤を包むためのハンカチ、洋服等の貸出が多いです。持ち帰ったときは、お家で洗濯し、次の週には返却してもらえると助かります。

2月は「いのちの学習月間」でした！

2月22日（木）では、いのちの学習の授業参観を行いました。雨の中でしたが、ご参観いただきました保護者の皆様ありがとうございました。授業参観の様子をご紹介します。自分の体について、いのちの始まりについて、心身の成長についてなど、各学年様々な視点から「いのち」について考えました。また、2月26日（月）の人権集会では、校長先生と養護教諭（酒井）からの講話の時間がありました。共通して、伝えたことは、自分や友達の「いのち」を大切にすること、周りの人に思いやりを持って関わることです。ぜひ、お家の人と、生まれたときの様子や、小さいころのエピソードなどをお話してみてください。

<p style="text-align: center;">1年生</p>  <p style="text-align: center;">「からだのそれぞれの名まえとはたらきをかんがえよう。」</p>	<p style="text-align: center;">2・3年生</p>  <p style="text-align: center;">「自分のことをふり返ったり、しょうかいしたりして、いのちについて考えよう。」</p>
<p style="text-align: center;">4・5年生</p>  <p style="text-align: center;">「命はどのように始まり、どのようにつながっていくのだろう。」</p>	<p style="text-align: center;">6年生</p>  <p style="text-align: center;">「夢の花を咲かせよう」 (アンガーマネジメントについて)</p>

保護者の方へ

○不要な体操服や洋服、肌着などがありましたら、お譲りください。

小学校では、排泄が間に合わなかった場合や、外遊びのときに転倒した場合など、広範囲に衣服をよごしてしまい、着替えが必要なときに、保健室の衣服を貸し出しています。しかし、サイズや枚数には限りがあり、貸し出しができないこともあります。できるだけ多くの児童が、緊急時に衣服を借りることができるよう、ご家庭で、サイズが小さくなり不要になった衣服や体操服、靴下、肌着（未使用）を保健室にお譲りいただくと助かります。ご協力よろしくお願いします。

○医療機関への受診をお願いします。

健康診断で疾病の異常が疑われたお子様の受診はお済みでしょうか。来月から、令和6年度の健康診断が早速スタートします。今年度の異常は今年度のうちに、検査・治療されることをお勧めします。受診が済みましたら、保健室までご連絡をお願いいたします。

