

# ほけんだより 9月

令和6年9月7日(金)  
養護教諭 下西 美保



## 9月の保健目標：けがをしないように気をつけよう



滝尾小のけがのようすクイズ 一番当てはまると思うものを選択肢の中から選びましょう。

		わたしの こたえ	おうちの ひと のこたえ
Q1	1学期のけがによる保健室の来室者は何人でしょう? ① およそ 50人    ② およそ 120人    ③ およそ 250人		
Q2	滝尾小で、1番多いけがはなんでしょう? ① すり傷    ② だぼく    ③ つきゆび		
Q3	滝尾小では、体のどの部分をけがする人が多いでしょう? ① 手・腕    ② 頭・顔    ③ 足		

## 学校で安全に過ごすために

### 階段

階段を上ったり下りたりするときに、ふざけたり、段を飛ばしたりすると、転げ落ちてしまう危険があります。絶対にやめましょう。



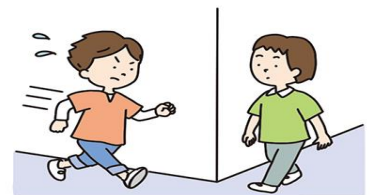
### ろう下は走らない

急いでいても、ろう下を走ってはいけません。ろう下を走ると、他の人にぶつかったり、すべりやすくなったりします。走らないでもいいように、時間に余裕をもって行動するようにしましょう。



### 曲がり角

曲がり角では、向こうから人が歩いてくるかもしれません。よそ見をしたり走ったりすると、ぶつかってしまうかも。「だれか来るかもしれない」と思って、気をつけましょう。



### ☆すいとうの事故に注意!

水筒を肩にかけ、お腹に水筒がある状態で転倒し、内臓を痛め、入院や手術が必要になるなど、大きな事故になるケースが発生しているそうです。

- ・ 水筒を体にかけているときは、走らないようにしましょう。
- ・ 遊具で遊ぶ場合は、水筒をおいて遊ぶようにしましょう。



### ☆9月9日は救急の日です

滝尾小のAEDは、職員室と体育館にあります。万が一にそなえて、覚えておいてくださいね。

〒474-8501 岐阜県岐阜市 滝尾小 職員室 ① 03 474-8501 体育館 ② 03 474-8501 10:30~12:00



## □ 学校保健委員会だより

学校保健委員会とは、学校における健康課題を学校、保護者、地域の方等で研究協議する場です。

6月28日に、PTA 役員の皆様、御船町の平野保健師さんにおこしいただき、開催しました。

家庭でメディアを使用する際に、気を付けていること、困っていること、メディアについて知りたいことについて意見を出し合い、共有しました。

平野保健師さんからは、メディアは欠かせないツールになっており、メディア使用のメリットも大きい。弊害は心や体、学習面、友人関係のトラブル、犯罪へ巻き込まれるリスク等、多岐にわたるため、それぞれのデメリットへの対策を考  
えていく必要があるのではないか、と助言を頂きました。



また、8月20日には御船町の学校保健会講演会が開催され、希望ヶ丘病院の杉本啓介先生に「インターネット依存について」ご講演頂きました。滝尾小からは、5名の保護者の皆様にご参加いただきました。

インターネット依存は、「寝る」、「食べる」、「活動する」に支障が出ているかどうか、目安の一つであることや、行動療法に基づいた家庭での、子どもたちへのかかわり方、声のかけ方について、教えて頂きました。

声かけのポイントは、よい行動を探し、ほめることで、よい行動を強化していくというものです。

また、小さな不適切な行動には反応せず、次の子どもの良い行動を待つ、ことがコツだそうです。

☆ポジティブな注目を増やすために☆

□ “これぐらいできて当たり前”はない

□ 日頃していないことでも、たまにできたときに注目する

□ 最後まで / 上手に / スムーズにできなくても 行っていることに注目する

《例》 宿題を始めたが、

集中せずだらだらし、

やめてしまった



良い行動を 強化する 声かけ	お、宿題始めたの、さすが!	反応しない 	反応しない 
----------------------	---------------	---	---

## □ くまもと 早ね・早おき、いきいきウィーク

熊本県では、8月28日～9月15日を、くまもと早ね・早おき いきいきウィークとして、県下一斉の取り組みをいたします。いきいき大作戦の期間です。別紙のチラシをご覧ください。別紙のチラシをご覧ください。

