

ほけんだより 12月号



玉水小学校
保健室



今年も残すところあと1か月をきりました。

今回のほけんだよりは、冬休みや来年のスタートを元気に過ごしていけるよう、感染予防の基本である手あらいについてお知らせします。

さらに、2025年の1年間の学校保健活動を振り返り、その様子や結果をお知らせします。

ぜひ、親子でご一読ください。(^ v ^)

感染予防の基本!!

それは...**しっかり手あらい!!!**



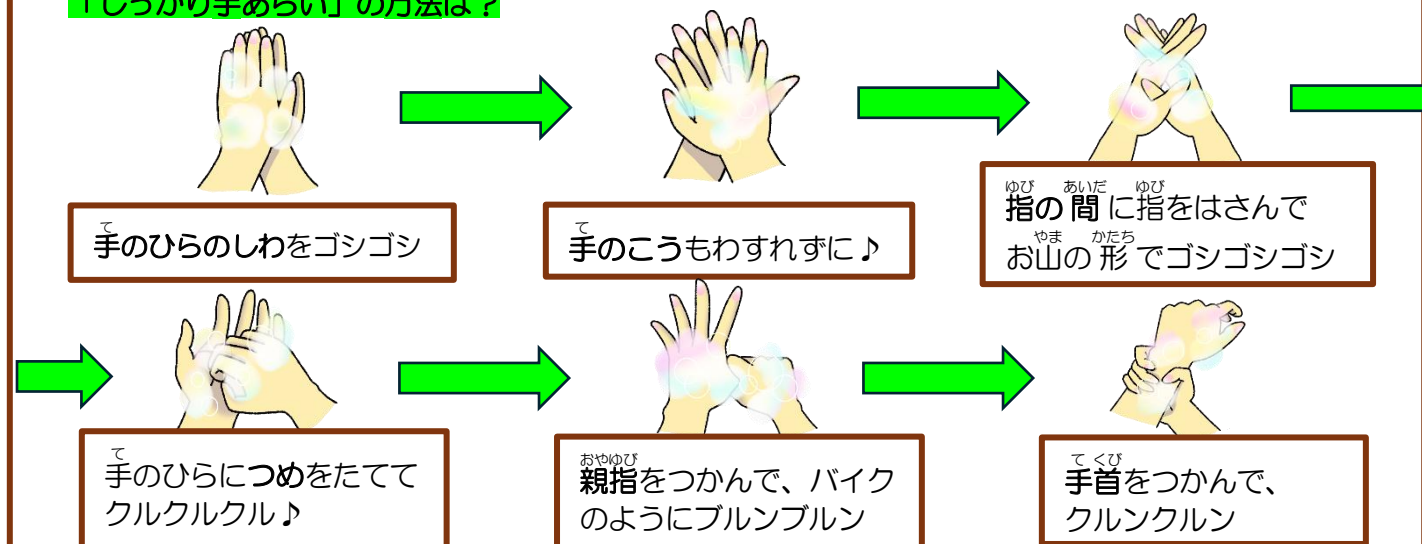
寒いとつい指先だけぬらして、「手あらい、おわり!」という人はいませんか?

それは「あらったつもり」で「しっかり手あらい」ではありません!!

では、「あらったつもり」と「しっかり手あらい」のちがいは?

じょうたい	あらっていない	あらったつもり (水でぬらしただけ)	しっかり手あらい (水でぬらす→せっけん→ 水であらいながす)
ウイルスの数	やく 100 まん 個	やく 1 まん 個	すうひゃく こ 数 百 個
手のイメージ			

「しっかり手あらい」の方法は?



4月~6月
けんこうしんだん
健康診断

し か けんしん
歯科検診

ちりょう
治療はおわいましたか?

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
C0(むし歯になる可能性 が高い歯)がある人数	2人	2人	3人	5人	1人	4人
むし歯を持っている人数	3人	3人	3人	3人	1人	0人

しんたいそくてい
身体測定

1cmでも伸びたくて、毎日身長を測りに来たり、自分だけでなく友達も身長が伸びたことを一緒に喜んでいたりといったすてきな姿が見られ、ほっこりとした気持ちになりました。(^ v ^)



にようけん さ じんぞうけんしん
尿 検 査 (腎臓検診)

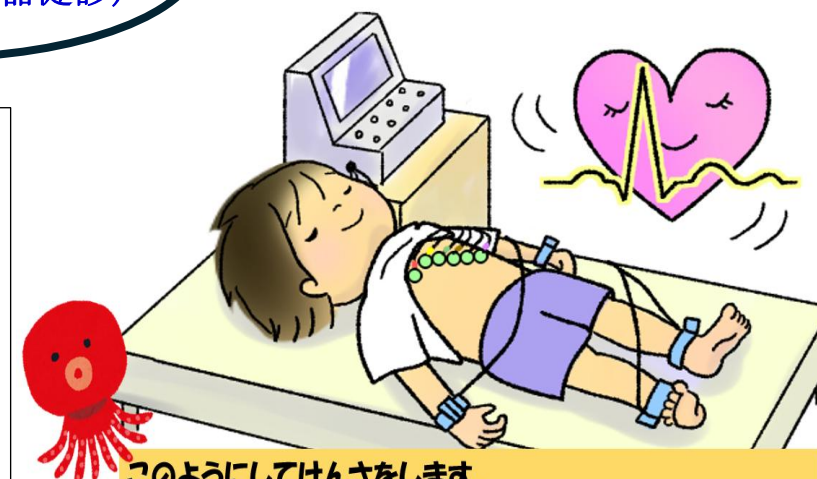
じ び か けんしん
耳鼻科検診

がん か けんしん
眼科検診

ない か けんしん
内科健診
(けっかくけんしん うんどう き けんしん
結核健診・運動器健診)

しんぞうけんしん
心臓検診

1年生と4年生が対象でしたが、みんな緊張しながら、右の説明のイラストや文を見て自分の順番を待っていました。パッドを貼られるときはヒヤッと冷たかったようですが、終わると、緊張がとけて笑顔で戻っていきました。



このようにしてけんさをします。
タコのようにべたっと、つめたいシールをはられます。
ぜんぜんいたくないのであんしんしてください。(*^*)

うらは、7月に実施された教育講演会でいただいた質問に対する講師の先生からのご回答をご紹介します。ご紹介が大変おそくなってしまう、申し訳ございません。

がつ じっし きょういくこうえんかい
7月に実施された 教育講演会

えんたいこそだ
演題：「子育てにおけるコーチングマインド」
こうし もとだ あきてるし
講師：元田 暁輝氏

質問なのですが、最後の『子供の気持ちを尊重して自身で決めた事を尊重する』とありますが、そこを守れなかった時、ついつい怒ってしまうと思うのですが、子供に問いかけても良いが、それでも上手くいかなかった時はどうするべきでしょうか？

まず、ルールを守れなかった時にどうするか、ということ子どもと一緒に事前に決め事としておくことが大事です。それでもうまくいかないときは、叱ることもありだと思います。ただ、ルールを破った“事実”と“人”を分けて伝えることが大切です。

大切なのは「行動」について話すことであって、「人格」や「全体像」を否定することがあってはならないということです。

「なんでいつもそうなの」「本当にだめなんだから」は人格否定です。そうではなく、行動に着目して、

「〇〇という約束だったよね。でも、△△になってたね。どうしようか？」

というふうに、「責める」ではなく「確認と対話」に切り替えることがポイントです。

人間は失敗からしか本当には学べません。だからこそ、失敗したあとに「どう修復するか」どうすれば次はできるかを一緒に考えることが、子どもを育てる最大のチャンスです。

「あなたらしくなかったね。次はどうする？」

「次、同じような場面になったら、どうすれば守れそう？」

「ママ（パパ）にもできることある？」

「じゃあ、一緒にもう一度作戦を立てようか」

こうした関わりは、子どもの「自己決定感」「責任感」「成長への自信」を養います。



また是非講演される時は聞きに行きたいのですが、どのようにして講演日時とか知ることができますか？

基本的に呼ばれた場所に行くというスタンスですので、予定はわかりませんし、SNS などの発信もしていません。特に今年度から新しい役割が入ってきたので、昨年度までやっていたセミナー活動なども一時中断しております。

ただ、4名以上の集まりであれば呼んでいただければ、お話をしにいくのは可能です。ご検討いただければ幸いです。

今日はどうだった？と聞くと楽しかったと返事は返ってきますが、どんなところが楽しかったの？と聞くと返答がないです。こんな時はどんな対応をしてよいか迷います。

「どんなところが楽しかったの？」と聞いても返答がないという状況、よくあります。これは話したくない」のではなく、「言語化が難しい」「何をどう答えればいいのかわからない」という子ども側の事情であることがほとんどです。

ここでの対応のコツは、「質問の仕方」と「待ち方」を工夫することです。

子どもは抽象的な問いに答えるのが難しいため、具体的で想像しやすい形にしてあげましょう。

「楽しかったっていうのは、体育の時間？それとも休み時間かな？」

「〇〇ちゃんと遊んだときかな？それとも何か面白い話があった？」

「今日のお昼ごはんはどんなのだった？それ食べてるとき楽しかった？」

これにより、子どもは「イメージを探すヒント」が得られ、言葉が出やすくなります。

ただ、質問攻めにされると、子どもはプレッシャーを感じます。そんなときは、先に親が自分の話を少しシェアすることで、会話が温かく開きます。

「ママ（パパ）ね、今日ちょっと疲れちゃったけど、〇〇さんと話していると元気出たんだよ。

〇〇も、誰かとしゃべってて楽しかったことある？」

「ママはお昼のカレーがめちゃくちゃ美味しかった。〇〇は給食どうだった？」などのように親が先に“心のドア”を開くことで、子どもも自然と開きやすくなります。何も答えが返ってこなくても、それは「今は沈黙を選んでいる」だけ。大切なのは、「話さなかったこと」ではなく、「一緒にいようとしてくれたこと」に目を向けることです。

「そっか〜、今日は“楽しかった日”だったんだね。それだけでも聞けて、ママ嬉しいよ」

「また思い出したら教えてね〜。いつでも聞きたいよ」

という安心の一言があると、子どもは「聞いてくれる人がある」という心の土台を育てていきます。焦らず、問いすぎず、でも関心を持ち続けてくれる大人の存在は、子どもにとってかけがえのない「心の安全基地」になります。

