

ほけんだより 12月号



玉水小学校
保健室

今年も残すところ後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。(^-^)



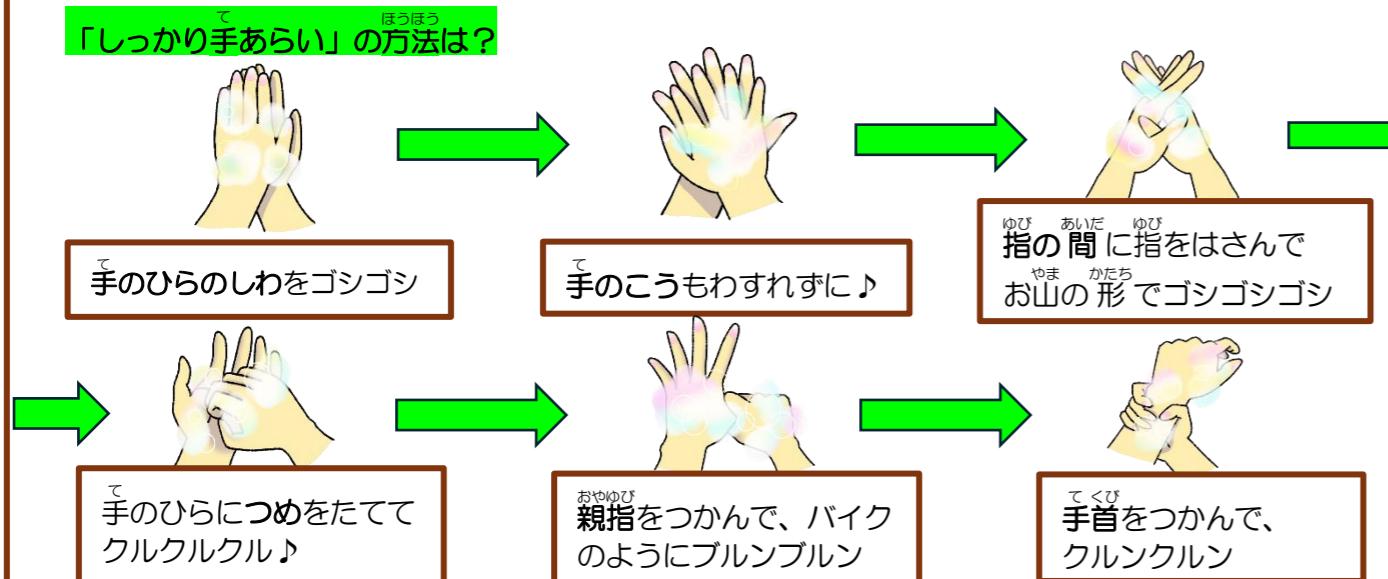
寒いとついつい指先だけぬらして、「手あらい、おわり！」という人はいませんか？

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」のちがいって？

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	約100万個	約1万個	数百個
手のイメージ			

「しっかり手あらい」の方法は？



歯科検診

治療はおわりましたか？

	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

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の身長が伸びたことを一緒に喜んだ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。(^-^)

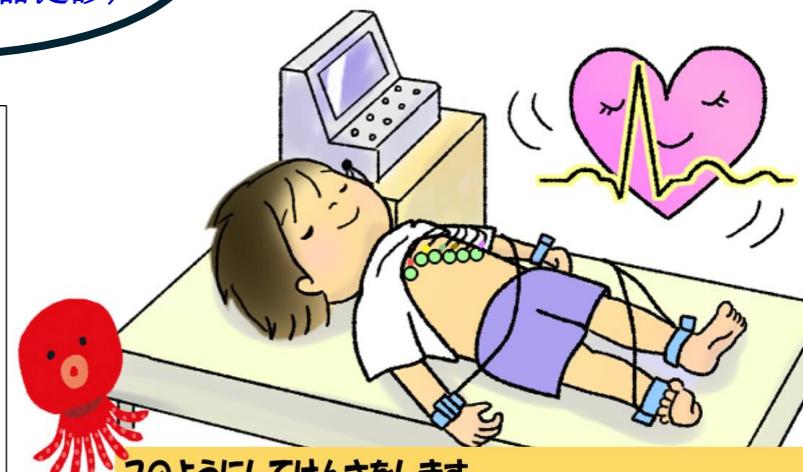


尿検査(腎臓検診)

耳鼻科検診

眼科検診

内科健診
(結核健診・運動器健診)



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、緊張がとけて笑顔に戻っていました。

このようにしてけんさをします。
タコのようにぺたっと、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いたします。
紹介が大変おそくなってしまい、申し訳ございません。

がつ じつし きょういくこうえんかい
7月に実施された教育講演会

えんだい 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 晓輝氏

質問なのですが、最後の『子供の気持ちを尊重して自分で決めた事を尊重する』とあります。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、子供に問い合わせても良いが、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、ということを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」「本当にダメなんだから」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。

人は失敗からしか本当に学べません。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と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。

「あなたしくなったね。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などの発信もしておりません。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甚です。

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、〇〇さんと話してると元気出たんだよ。

〇〇も、誰かとしゃべっ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、「話さなかつこと」ではなく、「一緒にいようしてくれたこと」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「聞いてくれる人がいる」という心の土台を育てていきます。焦らず、問い合わせず、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。

