

保護者向けほけんだより



にこにこ



平成20年11月




黒田小保健室

空気が急に冷たくなり、鼻水や咳をして保健室を来室する人が増えてきました。胃腸系の風邪がはやっているようで、保健室で嘔吐する人も多くみられます。「気持ちが悪い...」と、登校直後に保健室を訪れる人もいます。体調が悪いまま授業を受けるのはつらいものです。登校前の健康観察をよろしくお願ひします。

カゼ・ひきはじめの注意

<p>無理をせず体を休ませることも心がけましょう。</p>  <p>早め早めの対策が、早く元気になるためのカギ。温かくしてゆっくり休もう。</p>	<p>しっかり食べて栄養をとりましょう。</p> <p>特にビタミンCもたっぷり！</p> 	<p>室内の温度・湿度にも気を配りましょう。</p>  <p>湿度は70%前後 温度は21~24℃</p>
<p>急な高熱、ひどい頭痛や筋肉・関節の痛み... こんな症状のときはインフルエンザかも!?</p>  <p>早めに病院へ行き治療を受けましょう。</p>		



詩にふれる

もり 作者不明

りすが しいのみをみつめて、
ひとつたべました。
うさぎも しいのみを みつけて、
ふたつたべました。
にんげんの こどもも
しいのみをみつめて、
くびかざりをつくりました。
にんげんの おとなも
しいのみをみつめて、
ぜんぶ ひろってゆきました。

秋の視力測定

- 11月10日(月) 1年生
- 11日(火) 2年生
- 12日(水) 3年生
- 13日(木) 4年生
- 14日(金) 5年生
- 17日(月) 6年生



いのちの学習

～ 3・4年生で、いのちの学習を実施しました。～

3年生では、「妊婦体験」「赤ちゃんのお世話体験」「子宮袋を使った出産疑似体験」を行い、家族が苦勞して、自分をここまで大切に育ててもらったことを学びました。

感想...お母さんは、とっても重い赤ちゃんをおなかにつけながら買い物をしたり、階段を上ったりしてすごいと思いました。また、赤ちゃんもとっても狭いところを通して生まれてきてすごいと思いました。(3年女)

感想...あかちゃんのお世話をしたら、またあかちゃんがほしくなってきました。(3年男)



4年生では、二次性徴、月経と射精について学習した後、「未来へつづくいのちのために」と題して、助産師の姜敏子先生から、出産までの赤ちゃんやお母さんの様子、いのちの大切さについて学び、自分は家族にとってかけがえのない大切な存在だということを知りました。この授業では、妊娠8ヶ月の妊婦さん、生後5・6ヶ月の赤ちゃんも登場しました。

感想...赤ちゃんを育てるのは、トイレに行くヒマも、寝る時間もないくらい大変なことなんだと思いました。でも、お母さんは、どんなにつらくても赤ちゃんのことを思ってたかきかいていた話を聞いて、赤ちゃんは宝物のように思いました。おなかの赤ちゃんの心臓の音を聞いて、小さくてもいのちの重さはいっしょなんだな、ちゃんと生きてるんだなあと思いました。私も大人になったら、赤ちゃんをうみたくなりました。女でよかったと思いました。(4年女)

感想...私は、今日の勉強で命はやっぱりとっても大切だと思いました。よく、お母さんに怒られて「お母さんなんか大きい！」と思ったことがあります。だけど、この勉強で、なんでおかあさんは怒るのかよくわかりました。

あと、赤ちゃんをだっこしてみてもあったかくて、かわいくてたまりませんでした。(4年女)



感想...今日、保健の勉強をして、一番心に残ったのは、やっぱり二人の赤ちゃんを実際にだっこしてみたときです。

実際にだっこしてみると予想よりとても重かったです。

(4年男)

