



令和 6年 3月 1日
 新宿区立落合第六小学校
 校長 加藤 雄一
 養護教諭 柏 沙良

ほけんだより 3月号

日差しが、温かく感じられる季節になりましたね。いよいよ6年生は卒業、1～5年生は今の学年の最後の月となります。あっという間に1年も終わりに近づいています。1年間の生活を振り返り、残り少ない日々を元気に過ごしましょう。



1年間の振り返りをしよう！ できたものに○をしよう！

からだチェック

- 病気をしなかった。 ()
- 大きな怪我は、しなかった。 ()
- 治療のおすすめをもらって、病院に行った。 ()

生活リズムチェック

- 早寝、早起きができた。 ()
- 朝ご飯を毎日食べた。 ()
- 外で元気に遊んだ。 ()



衛生チェック

- 毎日歯みがきをした。 ()
- ハンカチ、ティッシュをいつも持っていた。 ()
- 手洗い、消毒をきちんとした。 ()

こころチェック

- 友だちと仲良くできた。 ()
- 親切にしてもらった時、「ありがとう」と言うことができた。 ()
- 落ち込んだ時、気分転換ができた。 ()

ほけんしつ ねんかん 保健室の1年間

けがの来室 1001件

多かったのは、打撲

多かった月は、11月



すり傷、捻挫、突き指も多いです。

病気の来室 722件

多かったのは、腹痛

多かった月は、9月



季節の変わり目に体調を崩す人が多いです。

学校保健委員会を開催しました

1月26日（金）に東京学芸大学 養護育成 鈴木琴子先生にお越しいただき、5年生に向けて「思春期からつながる命の話」について授業を行いました。

授業の中では、体の成長の仕組み、出産について、自分たちの今後の成長についてお話がありました。

赤ちゃん人形を使った授業に子どもたちは、興味深々で、最初は赤ちゃんの抱き方が分からず苦労していた様子ですが、妹や弟がいる周りの児童、参観していた保護者の方から「こうやって抱っこするんだよ」と教えてもらい、最後は優しく、少し恥ずかしそうに赤ちゃん人形を抱っこしているのが印象的でした。

また、学校保健委員会の中で、鈴木先生は「私は授業の中で、保護者や周りの人たちに感謝しなさいとは言いません。なぜなら、子どもたちは、『命』の大切さを理解すると、自然と家族や友達、周りの人に感謝の気持ちを持つようになるからです。」とお話されました。

子どもたちの感想を読むと、命の大切さについて考える機会になったと思います。

感想の一部をご紹介します。



ぼくは、赤ちゃんの出産の仕組みについて、あまりよく知らなかったので、お腹の中の赤ちゃんや出産の動画を観てよく分かりました。思春期の体などの変化についても詳しく知れてよかったです。

私は、頭が大きくて、息が詰まりかけ、出産のとき大変だったと聞いていたので、出産のビデオを見たとき、私の母も大変だったんだなあと思いました。赤ちゃん人形が意外に重く、こんなに重いのにちゃんと世話をしてくれたんだと親に改めて感謝しました。

人形が意外とリアルだったし、重かったです。ビデオのお腹の中の赤ちゃんの大きさは5cmくらいと言われておどろきました！それと、お母さんたちがこれほど大変な思いをして、私たちを産んでくれてると思うと、とても嬉しいです。

赤ちゃん人形がとてもリアルに再現されていて、とてもかわいくて少し重かったです。この経験を経て、普段お母さんはとてもがんばっているんだなと気づきました。

大切な命の話をしてくれてありがとうございます。体のこととか、赤ちゃんを産むこととか、知らないことを教えてくれて嬉しいです。産むってというのは、こんなに辛いことだから、自分のお母さんは6人産んだからすごいと思いました。

赤ちゃん人形(3kg)を抱いてみて、思ったよりずっと重くておどろきました。命の重さなんだなと思いました。動画を見て、赤ちゃんを産むのはとても体に負担がかかると知りました。自分を生んでくれたお母さんに感謝したいと思います。

赤ちゃんがお母さんのお腹の中にいる時、3cmほどでもちゃんと生きていたことにびっくりしました。一番小さい時で、握りこぶし位だと思っていました。これから私たちは、心も体も成長していく時期なので、自分自身とも友達とも向き合って生活をしていきたいです。

知らないことが多くて勉強になりました。特に、出産の動画は初めて見て、どのような過程で赤ちゃんが生まれてくるのかがよく分かりました。赤ちゃん人形を抱っこした時も、すごく重みを感じました。これからは、自分も相手の体も大切にしたいです。