

ほけんだより



令和 6 年 9 月 27 日

No.5

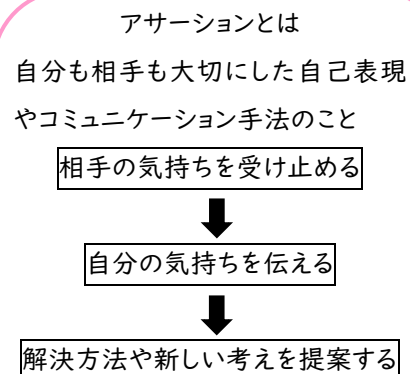
智頭小学校 保健室

長い夏休みも終わり 2 学期がスタートしてから 3 週間経ちました。寒暖差が激しい時期にもなります。登下校や運動時などはこまめに休憩と水分補給を行いながら、体調に気を付けましょう。

2 学期の発育測定を行いました

9 月上旬に 2 学期の発育測定を行いました。発育測定前に各学級で保健指導を実施し、正しい保健室の利用方法を確認しました。また、人間関係の悩みも増えてくる時期の高学年には、よりよいコミュニケーション方法としてアサーションがあることを伝え、事例を用い話をしました。身長・体重は個々のペースで成長しています。10 月に発育測定の結果を配布します。確認してみてください。

1・2 年生	ほけんしつのかいかたをしろう
3・4 年生	保健室の使い方と自分でできる手当を知ろう
5・6 年生	保健室オリエンテーション～自己表現の仕方を学ぼう～



5・6年生の感想

- ・コミュニケーションは難しいけれど、相手のことも考えながら自分の意見を伝えられると嫌な思いをする人がいないと思ったので、意識していきたい。
- ・自分の意見だけを言ってみんなのことを考えていないときがあるので気をつけたい。
- ・自分や相手だけでなくどちらも大切にすることが大事だと分かった。



体調不良者が増えています

9 月に入り咳や鼻水などの症状による欠席や早退が増えています。また、手足口病や新型コロナウイルスに罹患するお子さんもいます。疲れが出やすい時期でもありますので、生活リズムを整えて、体をしっかりと休ませてください。ご家庭でも手洗い・うがいをするよう声かけをお願いします。また、調子が悪いときは無理をせずゆっくり休ませてください。



マスクをつけて予防



手洗い・うがい



はやね・はやおき