

げんき!

令和3年度

館林市立第一小学校 保健だより No.8

12月



カレンダーが残り1枚となり、2021年ももうすぐ終わりです。みなさんにとって、今年はどうな1年でしたか？昨年に続いてコロナの影響で、行事の中止や延期、生活行動の規制などで我慢しなければならないことがいろいろありました。新たな変異ウイルスの出現で、終わりの見えない不安が続きます。でももうすぐ冬休み。クリスマス、お正月は楽しく過ごしてください。食べたり遊んだり出かけたりと、いつもとちがう生活になるかもしれませんが、お正月が過ぎたら生活のリズムを整えて、3学期に備えましょう。

12月の保健目標：かぜをひかないようにしよう!!

<h3>かぜに関するクイズ</h3> <p>何問わかるかな？</p> <p>答えは児童玄関に掲示します。</p>	<p>Q1 からだの中で一番体温が低いところは？</p> <p>①口びる ②耳たぶ ③鼻</p>	<p>Q2 熱が出るのはなぜ？</p> <p>①白血球が戦い始めるため ②赤血球が戦い始めるため ③血小板が戦い始めるため</p>
<p>Q3 肺のはたらきはなに？</p> <p>①血液を送る ②食べ物を送る ③空気を入れたり出したりする</p>	<p>Q4 食べたものが肺に入らないのはなぜ？</p> <p>①肺にふたがあるから ②喉頭にふたがあるから ③食道にふたがあるから</p>	<p>Q5 せきはどうして出るの？</p> <p>①肺を守るため ②胃を守るため ③心臓を守るため</p>
<p>Q6 クシャミはなぜ出るの？</p> <p>①有害なものがのどの粘膜についたから ②有害なものが鼻の粘膜についたから ③鼻がかゆいから</p>	<p>Q7 白血球はどんなはたらきをしているの？</p> <p>①バイキンを殺すはたらき ②酸素を運ぶはたらき ③血液を作るはたらき</p>	<p>Q8 「カテキン」ってなに？</p> <p>①お茶に含まれる苦みの成分 ②果物に含まれる甘みの成分 ③食塩に含まれる辛みの成分</p>

♡♡♡いのちの授業 11/29(月)♡♡♡

毎年、5年生を対象に「性に関する保健教育」として実施しています。

- 1 めあて：「いのち」について考える。
命って何？ 自分や他人を大切にする気持ちを持とう。
- 2 産まれたときの話を聞こう。
クラスの代表の人の話を聞く。
- 3 養護教諭の話を聞こう。
看護師をしていたときのこと。子どもが生まれたときのこと。
- 4 命のつながり・命の奇跡
 - ・スライドを見よう。
 - ・生きていることを実感しよう。脈拍測定!!
- 5 まとめ
 - ・限りある命。
 - ・かけがえのない命は決して自ら絶ってはいけなし、人の命を奪ってもいけない。
 - ・「死ぬ」という言葉、簡単に人に言ってない?
 - ・たった一度だけ与えられた限りある命。大切に一生懸命生きる。
- 6 先生たちの考えを聞こう。
- 7 ワークシートを書こう。(印象に残ったこと 感想等)

~小ホームページにも掲載しています。ぜひご覧ください。



<児童の感想>

- ・自分を産んでくれたこと、育ててくれたことに感謝したいと思った。
- ・「死ぬ」なんて簡単に言うてはいけなしと改めて思った。
- ・脈を測って命があることに実感を持ってうれしくなった。
- ・先生たちの話で自分も一生懸命生きようと思った。
- ・産まれたときの話がすごく心に残って命の重みを感じた。
- ・かけがえのないたった一つの命を大切にしていこうと思った。
- ・命について考えたことがなかったからいい経験になった。
- ・人生は誰だって一度だけだから、自分の人生、みんなの人生を大切にしたい。
- ・かけがえのない命は決して絶ってはいけなし、人の命を奪ってはいけなし。
- ・親がしつこく言うてくるのは自分の人生のためだとよくわかった。
- ・どんなに辛いことや嫌なことがあっても、一生懸命生きていく必要があると思った。
- ・家族に感謝しながら毎日過ごしていこうと思った。
- ・人は一人では生きていけないから、助け合いながら生きることが大事。

保健室あれこれ NAKA

延期となっていた6年生の修学旅行。方面を日光に変えて実施することができた。天気に恵まれ、寒さも思っていたほどでもなく、よい環境での2日間だった。今回はコロナの不安が強かったが、影響を受けずに済んで本当によかった。学校では気づかない友だちのよさが発見されたり、グループ行動の難しさを体験したりして思い出作りができたことと思う。長年修学旅行の引率をしてきたが、毎回記憶に残るエピソードがある。今回は何と言っても江戸村でのM先生の奮闘。花魁ショーの舞台での雄姿は誇らしかった。

