

ほけんたより 9月

両面です。裏もよんでください。

下野市立薬師寺小学校ほけんしつ
R3. 9. 1 発行

なつやすみはどんなふうにごすしましたか？
9月は、ひさしぶりの学校生活で体や気持ちがつかれることがあるかもしれませんね。こころや体の調子がおかしいな、と感じたら、ほけんしつにきてください。元気になる方法をいっしょに考えましょう。



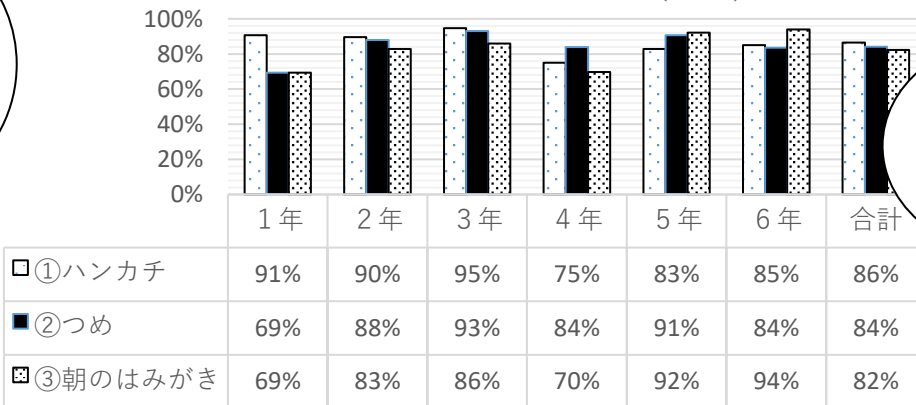
保健委員会の活動で、生活状況しらべをしました。

「①今日、学校にハンカチを持っていますか？」「②つめはのびすぎいていませんか？」
「③今日の朝、歯みがきはしましたか？」の3つの項目について自分自身で確認する方法でしらべた結果、「はい」とこたえた人の割合です。

つめがのびていたらどうしてダメなの？



せいかつじょうきょうしらべ（7月）



ハンカチがないとどうなる？



保護者のかたへお願いします

★生活状況調べの結果から

ハンカチが身についていないため水道まわりで手をブルブルンして、床をびしょびしょにしてしまう児童を多く見かけます。また、つめがのびていて、ほかの子を傷つけてしまう場面も見られます。子供たちには、自分の健康だけでなく、まわりの人のことも気遣うことができるようになってほしいと思います。そのような観点からも、お子さんといっしょに「ハンカチは身についているかな」「つめはのびすぎいていないかな」など、確認していただくとありがたいです。

★新型コロナウイルス感染症対応について

栃木県の警戒度レベルはステージ4となっています。学校においてはこれまで同様、感染対策につとめてまいります。ご家庭においても以下の点についてご協力をお願いします。

- ① 児童はもちろん、同居のご家族につきましても、毎日の健康状態（発熱や風邪症状等）の確認にご協力ください。同居の家族の方に症状がみられるために、児童が登校を控えた場合は、欠席ではなく出席停止扱いとなります。
- ② 学校で体調が悪くなった場合には、早めに保護者の方へ連絡しますので、お迎え対応をお願いします。

★こころの健康管理について

長い夏休みの後は、体だけでなく、こころが不安定になりやすい時期でもあります。さらには、緊急事態宣言による日課の変更や行事の延期など、様々な不安を感じているかもしれません。いつも以上に、お子さんとお話ししながら様子を見ていただければと思います。

ほけんいいんかいかつどうしょうかい 保健委員会活動紹介

7月号で実験中とお知らせしていた「**手洗い前と後の手のよごれしらべ**」です。
 「そうじのあと手をあらわずにさわったしょくパン」と
 「よく手をあらってからさわったしょくパン」と
 「手をあらってアルコール消毒をしてさわったしょくパン」
 ではカビの生え方は違うのか、をしらべました。
 けっかは、しゃしんのとおりです。



実験結果発表

～実験開始から7日目のようす～



「そうじのあと手をあらわずにさわったしょくパン」は、たくさんのカビが生えました。よく見ると、ゆびのあとにそって黒いカビが生えているようです。「よく手をあらってからさわったしょくパン」と「手をあらってアルコール消毒をしてさわったしょくパン」は、カビがめだちません。手をあらうことの大切さよくわかりますね。

「手の洗い残り調べ体験」.....

特殊なライトをあけるとひかるローションを手にならしたあと、いつものように手をあらってからライトをあてて観察します。洗い残しがあると、その部分が白くひかるので、どんなところがよく洗えていないのかがわかります。保健委員は委員会の時間に体験しましたが、「ほかの人たちにも手洗いの大切さを教えてあげたい!」ということで、5・6年生対象に体験会を行いました。

コロナウイルス感染症の状況が落ち着いたら、1～4年生の体験会も予定しています。お楽しみに。

①ローションをつけて手をあらいます。



②ライトにあててみよう。ゆびのつけねなどにあらいのこしがあるね。

さいごに、ほけんいいんから、てあらいのコツをアドバイス。

