

ほけんだより がっごう 月号



令和5年7月4日(火) 鳥飼東 小ほけんしつ ★おうちの方と一緒に読んでね★

★熱中症に注意!

にん
71,029人

←これは、去年熱中症で、救急車で運ばれた人の数です。
熱中症は、毎年何人も亡くなっている、こわい症状です。
熱中症になったらどうしたらいいか、ならないためには
どうしたらいいか、知っておきましょう。

<熱中症って?>

暑さによっておこる、いろいろな症状のこと。

めまい

吐き気

筋肉のけいれん



頭痛

体温が高い



ぐったり

など

<熱中症かな?と思ったら>

- ①意識がない(動かない)ときは、救急車をよぶ。
- ②クーラーのきいた部屋や、日かげなどの
すずしい場所に移動する。
- ③首、わき、足のつけねなどを冷やす。
- ④水分や塩分をとる。



<熱中症にならないために>

ぼうしをかぶろう

こまめに
水分をとろう

ツライときは
マスクをはずそう

水筒を毎日
忘れずに
もってこよう!



★ しかけんしん けっか 歯科検診の結果

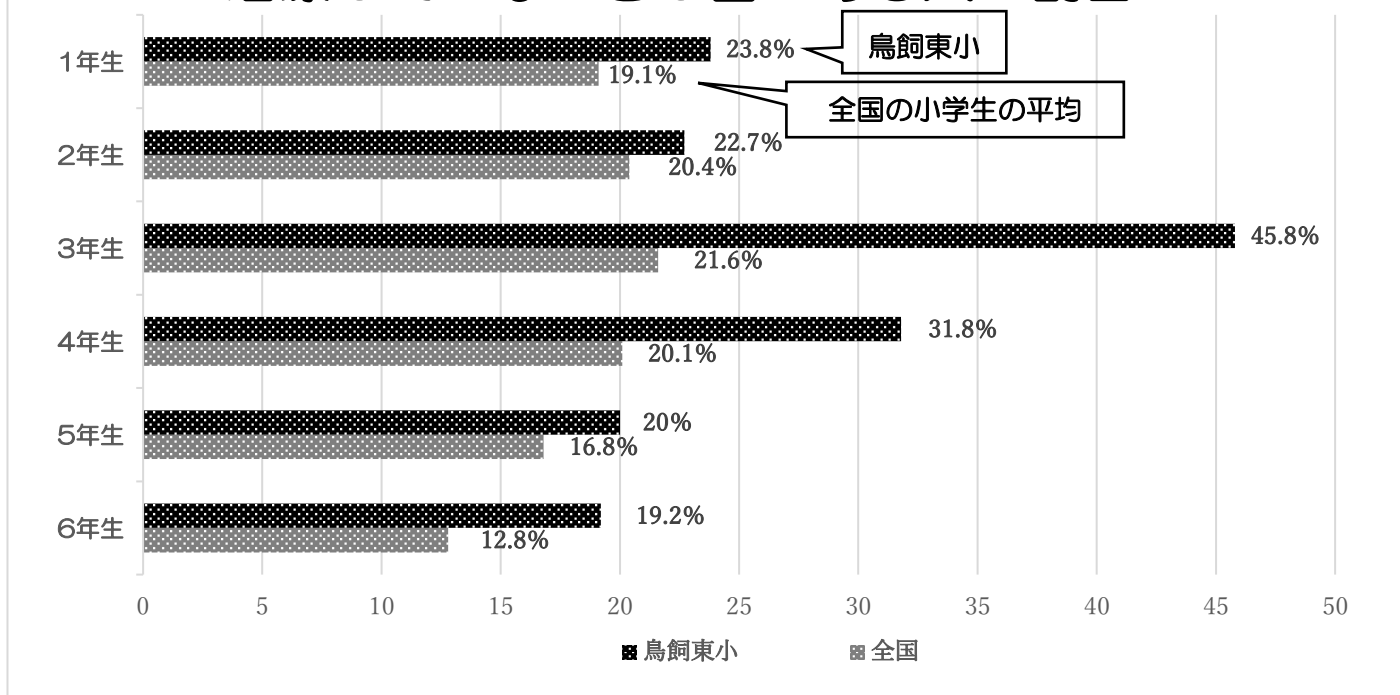
がつ か しかけんしん
6月7日に歯科検診がありました。

ひがししょう ば かす とうけい
東小のむし歯の数は、、合計105本でした！



きょねん ほん
去年は106本
だったよ！

ちりょう ば ひと わりあい 治療していないむし歯のある人の割合



ぜんこく しょうがくせい
全国の小学生とくらべて、東小はむし歯のある人が多いです！

ちりょう ひと がっき はいしゃ ちりょう
まだ治療がすすんでいない人は、2学期までに歯医者さんで治療してもらいましょう。

こんかい ば ひと ひと あたら ば
今回むし歯があった人もなかった人も、新しいむし歯ができないように、
まいにち つつ
毎日しっかりはみがきを続けましょう。

★ 保護者の方へ

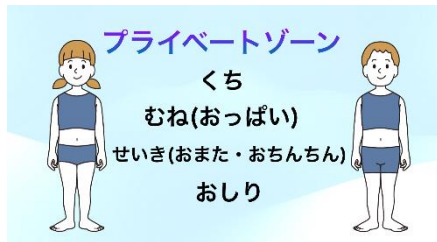
- 1学期に行う全ての健康診断が終了いたしました。ご協力ありがとうございました。
歯科検診を欠席されたお子様で、何か気になる症状等がございましたら、ご家庭で受診してくださいませようお願いいたします。
- 教室の座席によっては、クーラーの風が当たりやすい場合があります。体が冷えたり、お腹をこわしたりしやすいお子様には、上着を持たせてください。
- 熱中症予防のためにも、睡眠と朝食をしっかりとらせたいので送り出してくださいませよう、お願いいたします。

(裏面に、6月に行った「性に関する保健指導」について紹介しています。)

6月に行った「性に関する保健指導」

1年生 「プライベートゾーンについて」

『だいじだいじ どーこだ?』という絵本で、プライベートゾーンについて学んだ後、プライベートゾーンは①見るのもさわるのも自分だけ ②みんなの前ではさわらない ③家族・友だち・先生でも、じろじろ見たり勝手にさわったりしない ということを確認しました。自他の体や心を大切にするとともに、性被害を防止するためにも、「プライベートゾーン」について知っておくことが重要です。ご家庭でも、機会があればお話ししていただければと思います。



だいじ だいじ どーこだ？

—はじめての「からだ」と「性」のえほん—

えんみ さきこ【作】/かわはら みずまる【絵】

産婦人科医の遠見才希子さん作の絵本です。「自分の体と気持ちの大切さ」や「自分の守り方」をわかりやすく教えてくれます。

5年生 「大人になっていくからだところについて」

林間前の5年生に、「プライベートゾーンについて」「思春期に起こる体と心の変化について」「精通・月経を迎えたときの対応について」お話ししました。

思春期における心の変化に関しては、性の多様性にも触れ、必ずしも異性にだけ関心を持つようになるわけではないことを伝えました。「そうなんや、知らなかった!」と素直にリアクションしていた子どもたちの様子が印象的でした。

今年度は、月経の症状や対応・ナプキンの使い方についても男女合同で指導しました。お互いの体について知ることで、体調や気持ちに配慮できるような人になってほしいと思っています。

ご家庭でも、体と心が大人に近づいてきたお子さまの喜びや不安、戸惑いに、寄り添っていただき、成長を見守ってほしいと思います。

