

# ほけんがよりの2月

中央小学校  
保健室

2月に入り、今年度も残すところあと2か月となりました。  
6年生のみなさんは「卒業」に向けて、ほかの学年のみなさんは「進級」に向けて、1日1日を大切に過ごしましょう。  
また、2月4日は立春です。立春とは、初めて春の気配がおとずれる日だと言われていて、暦の上で、2月は春になります。まだまだ寒い日が続きますが、春は少しずつ近づいてきています。寒さに負けず、外で元気に過ごしましょう。



## わたしたちの健康について

### 室内の危険

「家の外は車など危ないものがたくさんあるけど、室内なら安全…」そう安心しきってはいけません。室内にも、油断していると危険なものがたくさんあります。

**物が落ちてくる**

タンスや棚の上に物を置くのは地震などのときに危険です。

**やけど**

キッチンなどのほか、アイロンや暖房器具などにも気をつけましょう。

**おぼれる**

お風呂でおぼれる事故も多いです。

**感電**

コンセントや電気製品に、ぬれた手でさわらないように。

**転倒**

いすから落ちたり、倒れたりして頭や腰を打つことも。

**はさむ**

ドアや引き出しを開け閉めするときはとくに注意を。

**転落**

階段やベランダなど高い所から落ちると大けがをします。

**打つ**

机やタンスの角など、とがっている部分に注意しましょう。

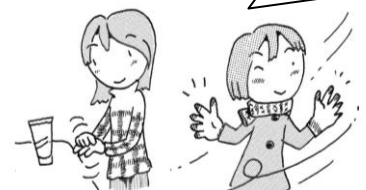
**誤飲**

大人の吸ったタバコの吸い殻が空き缶などに入っていることも。

### ひび・あかぎれに注意!

ひび・あかぎれの人が増えています。ひびは、皮ふが乾いて、さけめができた状態です。水がかかったときなどに痛みを感じます。あかぎれはひびよりもさけめが深く、真っ赤に腫れ、血がでることもあります。水を使ったあとに、手をふくこと。そして、ハンドクリームをぬったり、外に出るときは手袋をするようにしましょう。

ひび、あかぎれがひどい人は、手ふきや手袋をしっかりとしよう。

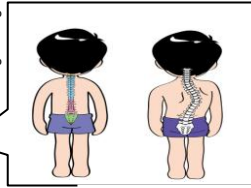


# ～ 保護者の方へ ～

5年生を対象に行った、モアレ検査の結果を返しています。  
異常がなかった場合には、プリント等の返却はありません。  
どうぞよろしくお願いいたします。

(モアレ検査とは、脊柱が曲がっていないか等を見る検査です。)

二次検査を受ける  
人に渡しています



## ♪ 保健指導を行っています！

1月の二測定の前に、「命を守る心臓ってすごい！（1、2年生）」「命を守るもの、支えるもの（3、4年生）」「熱が出るのはどうして？（5、6年生）」の学習をしました。



血の働きを教えてくれる、  
ちちちマン。みんなに  
大好評です！（1・2年）



とーう！



体の中には、大切な  
ものがたくさんつま  
まっているんだね。



内臓エプロンを使  
って説明しまし  
た。（3・4年）

### 4・5・6年生には、タバコについての 授業（喫煙防止教育）をしていきました。

中学生からのビデオレター。  
みんな真剣に見ています。（5年）



6年生は、お酒や  
薬物についても  
学びました。

タバコについてくわし  
くなったね。（4年）



### ～みんなの感想～

たばこはすごいこわいと思った。大人になってもぜったいタバコは吸わないと、この授業で決めた。大人になっても自分の身を守るためにもタバコを吸わないと決めた。（小4男子）

タバコの害について、中学生のビデオレターを見たりして、改めてタバコの害についてわかりました。特に、中学生のメッセージを心に残しておきたいと思いました。（小6男子）

タバコを吸い始めたきっかけのグラフがとても印象的でした。お酒にも害があると知って驚きました。薬物をすすめられても、きっぱりと断られる人になりたいです。（小6女子）

2月には、3・4・5年生を対象に、性教育を行います。