

ほけんだより 10月号

令和6年10月17日
小山市立豊田小学校 保健室

令和6年度 学校保健委員会「心の健康について」

令和6年10月10日(木)、豊田中学校体育館において、小中一貫学校保健委員会が行われました。

豊田小学校、豊田中学校のスクールカウンセラー ○○ ○○ 先生に「心の健康について」と題し講演を行いました。小学校6年生、中学校1年生、2年生、3年生が参加する小中一貫の学校保健委員会は初めての開催です。お忙しい中、運営協議会様、PTA様のご参加、ありがとうございました。



○○先生



バースデーラインゲーム



授業の感想



ご参加の皆様



保健委員長お礼の言葉

1 こころスケール

- ・今の自分の「こころ」を知ることは大切。スケール(ものさし)で測ってみる。

2 こころのピンチに気付く

- ・こころのサイン→落ち込む、イライラする、やる気が出ない
- ・からだのサイン→眠れない、食欲がわからない、腹痛や便秘、めまいがする
- ・こころには、晴れの日、雨の日、風の日もある

3 コミュニケーションについて

- ・生まれたばかりの赤ちゃんの時からスタートしている。快、不快のこころから成長して行くに従って、より多くの心、複雑なこころに発達していく。感情がどんどん増えていく
- ・コミュニケーションは、健康にもなるし、ストレスにもなる。

4 コミュニケーション力について

- ・言葉で伝える力→自分の気持ちを表現する言葉や方法を探してみよう
- ・相手の話を聞く力→相手の想いをそのまま受け取ろう

学校薬剤師による飲料水検査

学校薬剤師 ○○ ○○先生には、毎月の飲料水検査（10項目）を行っていただいています。10月は51項目（細菌、化合物等）検査を行っていただきました。阿久津先生には、毎月の飲料水検査、シックハウス検査、冬季の空気検査も行っていただいています。安全、安心な環境で学校生活が送れるようご指導いただいています。



けがの予防 保健委員会

10月は、活動量が増えけがでの来室が増える時期です。保健委員会の5年生、6年生が全学年教室で「けがの予防」の呼びかけを行いました。廊下や階段、アスファルトやコンクリートを走った時に起こりやすいけがについて、写真やイラストを使って考える機会を作りました。



性に関する指導（1,2年生）

学級活動の時間に、学年や発達段階に応じた「性に関する指導」を担当、養護教諭で行っています。1年生は「からだをきれいに」、2年生は「ぼくのおへそ わたしのおへそ」による関連指導を行いました。今年度は特に「プライベートゾーン＝あなただけの特別で大切な体の一部」について、動画やイラストを使い伝えました。指導資料 NHK Beyond gender「プライベートゾーン」。



色覚検査、視力検査

色覚、視力検査を11月11日（月）～11月15日（金）に希望者に行います。色覚検査は1年生に通知します。その他の学年で希望される場合は、担任にお知らせください。色覚検査は、今までに検査を受け結果が判明し場合は必要はありません。視力検査を希望する場合は、担任までお知らせください。結果は、11月中に検査者全員に通知します。

