



令和6年9月30日

鯖江市惜陰小学校

保健室

9月の体重測定の後に各クラスで保健指導を行いました。学年ごとに内容を簡単にご紹介します。

#### <1年生>

食べ物が便になるまで体の中でどのようなことが起きているのか予想してイラストを描きました。良いうんちになるための生活のアドバイスやうんちが出ないとどうなるのか学習しました。

#### <2年生>

きず、突き指、打撲、鼻血、やけどの手当てについて、正しい手当の方法をクイズで学習しました。

#### <3年生>

2年生で学習したけがの手当てをふまえ、実際に保健室にあるものを使ってどのように手当をするとよいかグループごとに考えました。

#### <4年生>

「目が悪いってどこが悪いの？」という問いから目の仕組みと視力が悪くなる理由を学習しました。目を疲れさせないために自分にできることを考えました。

#### <5年生>

咀嚼ガムを使って自分の噛む力を確認した後に、噛んだ時に感じたこと（味を感じる、唾液が出る等）が体にどのような影響を与えているのか（歯の病気を予防する、消化をよくする等）ロイロノートのウェビングを使って繋げました。

#### <6年生>

熱中症はどのような病気なのか学習した後、事例を元に熱中症を予防するためにできることを「体調管理」「環境を整える」「予防のための行動」の3つの側面から考えました。



#### 水分補給について

9月は頭痛や気分不良などの体調不良で保健室に来る児童が多くいました。少し涼しくはなってきましたが、10月はマラソン大会もあり、熱中症の心配はまだ続きます。体調を崩した児童に水分はとっているか聞くと「あまりとっていないかも」と答える児童もいました。学校でもこまめな水分補給を呼びかけますが、ご家庭でも「学校についたらお茶を飲んでね」「体育の前にはお茶を飲んでね」等声掛けをしていただけるとありがたいです。

水分が途中でなくなってしまう児童もいますので、多めに持たせてください。水分が足りないときは学校からペットボトルのお茶を1本渡しますので未開封のものをご返却ください。御協力をよろしくお願いたします。