



ほけんだより

みしまそんりつみしましょうちゅうがっこうほけんしつ
三島村立三島小中学校 保健室

平成31年1月25日 NO.18

今月の保健目標・・・

身のまわりの清潔を心がけよう



2019年第一弾、「みしまっこチェック」終了しました。



1/18(金)から1/24(木)「みしまっこチェック」お世話おかけしました。子どもたちに今回の出来ばえはどうだった??とたずねたら、「メディア時間がちょっと長くなった」「寝る時間が少しおそくなった」「お手伝い、宿題もちゃんとできた!!」「だいたいできたよ～」などの感想が聞けました。4月に立てた目標です。それぞれの「ステップ2」へ向けた内容にチェンジしてもいいのかな・・・と思いましたが、ご家庭ではどんな話をされていますか??



風邪やインフルエンザが流行ってくる季節になりました。

連日、ニュースや新聞インターネットで「インフルエンザが流行しています」という記事が出てくるくらい、猛威をふるっているようです。

学校では「のどが痛い」「鼻水がでる」といった症状がある人もちらほら・・・私もその一人です。

空気が乾燥し、朝晩と昼間の気温差が大きいので、体調をくずしやすくなっています。

予防するためには・・・「よく寝て」「よく食べて」「適度な運動」そして「うがい」「(石けんをあわだてて)手洗い」「マスク」です。

「寝込むなんて、ヒマだからいやだ!!」ですよね。毎日コツコツ予防しましょうね。

保健指導(性教育)について



立志式の講師として、助産師の「森山多賀子先生」に来ていただきます。

実は・・・数々の保健指導や講演(子ども向け・保護者向け)の実践を重ねていらっしゃる先生と一緒に、「保健の学習ができたらいいな」ということで、1/28(月)から1/30(水)の期間に学習計画を立てています。

学年に応じた内容で、「性教育」「いのち」という大きなテーマへ向けた、「楽しく・わかりやすく・実感する学び」となるよう絶賛計画中です。

学年によっては、アンケート等お世話おかけしますが、どうぞご協力よろしくお願ひします。

1/28(月)

□3時間目: 5. 6年生

「人の誕生」「心と体の密接な関係」

□5時間目: 1. 2年生

「わたしのたんじょう」

1/29(火)

□5時間目: 3. 4年生

「体の発育と発達」「思春期の体」

1/30(水)

□2時間目: 中学生1~3年生

「男女交際」