

かていすう いえ ひと よ (家庭数) 家の人といっしょに読みましょう。

ほけんたより

No.10
令和6年2月22日
大田区立梅田小学校
校長 金高 俊哉
養護教諭



2月も半ばが過ぎ、日中は暖かい日が多くなってきました。でも朝晩はまだ寒いですが、衣服の調節を上手にして体調を崩さないように気をつけましょう。

今の学年、クラスの友だちと過ごすのもひと月ちょっとになりました。欠席をしないように、元気に毎日楽しく過ごしましょう。



めん えき りよく
免疫カアップ!

わら
笑うと、体に侵入したウイルスや細菌をやっつけてくれるナチュラルキラー細胞がパワーアップ! 風邪などにかかりにくくなります。

わら
笑って

かひだ
体も
こころ
心も
げんき
元気

じぶんもみんなも幸せに!
しあわ

わら
笑うと、脳から幸せホルモンが分泌されてプラス思考に。笑っているあなたを見た周りの人もきっと笑顔になります♪



ねんかん おお 1年間でこんなに大きくなりました

がっきはついくそくてい がくねんべつしんちよう たいじゅうへいきん
3学期発育測定 学年別身長・体重平均

	だんし 男子				じよし 女子			
	1月の身長 (cm)	4月からの伸び (cm)	1月の体重 (kg)	4月からの増え (kg)	1月の身長 (cm)	4月からの伸び (cm)	1月の体重 (kg)	4月からの増え (kg)
1年	122.4	4.3	23.2	1.8	121.2	4.0	22.4	1.5
2年	126.9	3.9	25.9	2.1	126.7	4.2	25.7	1.9
3年	132.9	3.9	29.5	2.1	132.8	4.4	28.3	2.1
4年	139.6	3.9	34.2	2.4	139.2	4.8	32.9	2.6
5年	144.8	4.8	37.3	3.3	145.9	4.6	39.1	3.7
6年	151.5	5.0	41.8	3.0	150.8	3.5	41.8	2.9

◆感染症状況

梅田小では、現在でもインフルエンザ A 型・B 型、新型コロナウイルス感染症、胃腸炎などの感染症報告があります。近隣の学校でもインフルエンザ B 型による欠席者が増えているようです。一時期よりは減少傾向にありますが、まだまだ油断はできませんので引き続き、手洗いや規則正しい生活をしていただきますよう、ご協力をお願いいたします。

◆2月8日（木）6年生「薬物乱用防止教室」を行いました

ゲストティーチャーとして、学校薬剤師の引地晃子先生に来ていただき、市販薬を乱用したときの副作用、薬物乱用の恐ろしさや、誘われた時の断り方などについて、リモート授業でクラスごとに学習しました。

これから先、薬物は「ダメ、ゼッタイ」とはっきり断る勇気を持ち続けてほしいです。

短い時間の中で考えてくれた子どもたちのワークシートの内容をいくつかご紹介します。

○上手に断ろう

「集中力や記憶力がアップするよ！」

- ・自分で努力してやるので大丈夫です
- ・集中力が上がる音楽を聴いたりするので大丈夫

「疲れがとれるよ！1回ためしてみたら？」

- ・寝たら疲れとれるので大丈夫です。
- ・疲れはとりたいけど、1回ちがう方法でためしてみるから大丈夫だよ。
- ・今急いでるので

「簡単にやせられるよ！」

- ・今身長を伸ばしたいから大丈夫
- ・痩せるのに興味ありません
- ・副作用で体調悪くなるかもしれないからやめておきます

「イライラがなくなってすっきりするよ！」

- ・自分のほうほうでやりたいです
- ・飲んででも変わりありません、絶対にしません
- ・みんなと遊んだりして楽しく過ごしてイライラなくす。

○学習の感想

・元々薬物は絶対やらないと決めていたけど、この学習を通してもっと薬物は、ダメだと思いました。

・たばこの煙も危ないから、お父さんにもたばこを吸うのをやめてと言おうと思いました。薬物は絶対にダメとわかった。

・よく使う薬の副作用を深く知りたい。

・薬物は1回でもやめられなくなるし、体にも心にも悪影響だから誘われたりしても絶対にやらないようにしようと思いました。

・薬物は脳を破壊したり、自分の意志ではやめられないから勧められても工夫して断ったり誰かに相談したりすることを心掛ける。