

令和8年3月
一宮市立西成小学校

がっこう
ほけんだより 3月号

さいご
最後の1か月

さむい日が続きましたが、少しずつ日差しが春らしくなってきましたね。地面の下では、草や花もめをさまし、春に向けて準備をしています。

6年生は卒業、1～5年生は今の学年の最後の1か月です。この1年間を振り返って、毎日を元気いっぱいにごしまししょう！

がっつ ほけんもくひょう
3月の保健目標

ねんかん せいかつ ふ かえ
1年間の生活を振り返ろう

ほけんしつ ねんかん ふ かえ
保健室の1年間を振り返ってみました

こんねんど がっつ がっつ ほけんしつ ようす
 ((今年度4月～2月の、保健室の様子です！))

ちやうし わる ひと 798 じん
調子が悪い人 798人

ばんおお 1番多かった
 りゆう 理由は、....
ずつう 頭痛

けがをした ひと 819 じん
けがをした人 819人

ばんおお 1番多かった
 りゆう 理由は、....
だぼく 打撲

れんきゆう ちやうきやす こ たいちやうふりよう うんどうぶそく ふちゆうい おお
 連休・長期休み後の体調不良や、運動不足・不注意によるけがが多かったです。

きそくただ せいかつ こころ
 規則正しい生活を心がけましょう。

みなさんが健康で安全に、そして毎日楽しくすごせるように、これからもお手伝いさせていただきますね！

スタート
 すころくをしなが、
 たの 楽しく4月の準備をしよう！

「朝、太陽の光を浴びた！」
 あさ たいよう ひかり あ
 「朝、太陽の光を浴びた！」
 からだ なか とけい め
 体の中の時計が目をさました！ 2マスすすむ。

「朝ごはんを食べた！」
 あき
 「朝ごはんを食べた！」
 ①あたま②からだ③おなか
 の3つのスイッチが「オン」になった！
 1マスすすむ。

「夜の9時にねた！」
 よる じ
 「夜の9時にねた！」
 ねている間に、体が強くなった。3マスすすむ。

「はみがきをわすれた...」
 はみがき
 「はみがきをわすれた...」
 た 食べた後、はみがきをしなかったら“むしば”ができた。5マスもどる。

「お風呂にゆっくり入った！」
 お風呂
 「お風呂にゆっくり入った！」
 こころ パワーが満タンになった。
 1マスすすむ。

「早ね・早おき できた！」
 はや はや
 「早ね・早おき できた！」
 はや はや おきで毎日げんき
 いっぱい。2マスすすむ。

ゴール
 これで4月の準備ができたよ！
 おめでとう！

保護者の方へ

いよいよ年度末になります。4月の新しい環境は、子どもたちにとって期待と同時に緊張も大きいものです。今のうちから『早寝・早起き・朝ごはん』のリズムを整え、万全の体調で新学年を迎えられるよう、ご家庭でも温かい見守りと声掛けをお願いいたします。



5年生「いのちの授業」の様子

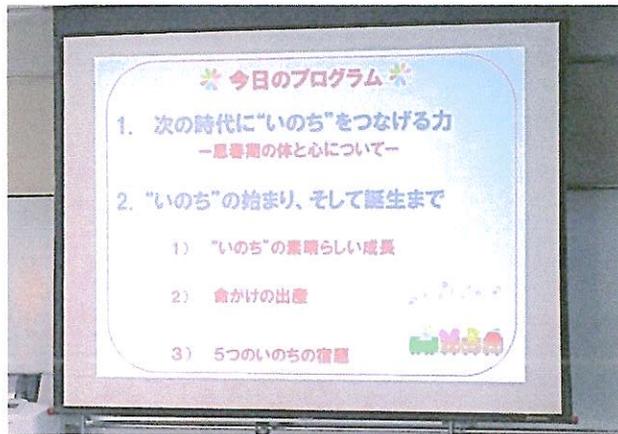


2月19日(木)に、5年生の児童を対象に「いのちの授業」を実施しました。講師として、「生」教育助産師グループのOHANAさんをお招きし、第二次性徴や、命の誕生までの様子・尊さを視覚的・体験的に学びました。児童は、とても真剣に、そして楽しみながら学ぶことができました。その時の様子や、授業後の感想を紹介いたします。



はじめに、第2次性徴によって心と体に起こる変化や、プライベートゾーンを見せたり、触らせたりしてはいけないこと、LGBTについて学びました。また、「命とはどんなもの？」ということについても考えました。

精子と卵子が会って受精卵になるまでの様子をグラフィック映像で見せていただき、「命の始まり」について学びました。



5年生の心臓の音と、お腹の中の赤ちゃんの心臓の音の聴き比べをしました。お腹の中にある約280日間で2000倍の大きさに成長するため、赤ちゃんの心音は大変速かったです。ドクンドクンと一生懸命に生きようとする力を感じました。



妊婦ジャケットを着用して、お腹の重さを体験しました。「重いです!!」
重たいお腹でも、お母さんが仕事や家事を頑張れる理由は、大切なわが子に出会えるのが楽しみだからだという意見がありました。

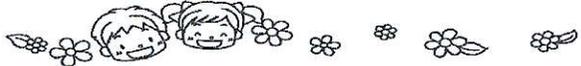
赤ちゃん人形を抱っこして、命の重みを実感しました。

どのように生まれてくるのかも教えていただきました。

子どもたちが生まれたときの、おうちの方の思いが書かれた手紙を、OHANAさんに読んでもらいました。静かに、そして真剣に手紙を聴いている子どもたちの姿がありました。



へその緒で胎盤と繋がる体験もしました。お母さんから、へその緒を通じて栄養や酸素を受け取って大きくなるということを学びました。



授業を終えた子どもたちの感想



これからも、自分の命はもちろん、周りの人の命も大切にしていきたいし、支えてきてくれる人、命をつないでくれた人に感謝の気持ちを持って、接していきます。

いまぼくの命はあたりまえの命じゃなくて、きせきの命としたので、ぼくの命をもっとたいせつにしていきたいです。

お母さんがいっしょうけんめいに、赤ちゃんを産もうとしているのを見て、わたしのお母さんもこんなに苦ろうしてわたしを産んでくれたんだと、自分の命がとても大切に感じました。

赤ちゃんの人形を持ったときに、4か月でもいがいに重いなと思いました。

うむときには赤ちゃんもお母さんもがんばっていて力をあわせてうんでいることに感動しました。

お母さんとお父さんのがんばりのおかげでいまわたしがここにいるんだなとじっかんと、ありがたみがとてもかじました。たいせつな命をこれからもずっと大切にしていきたいと思います。

ここにいる人は全員3億のなかで1位にかがやいたすばらしい人たちの集まりなんだと自分に自信が持てました。

自分のことを知るとやる気や、元気がでてきて、これからも人生100年時代で長いんだから、楽しく、がんばって生きようと思いました。

これからも、自分の命と人の命を守りたいです。

今後も命を大切に、日々人に感しゃをして、生きていきたいです。もちろん他の人が自分のせいで命を失ってしまうことがないように、いじめなどに気をつけていきたいと思います。