



令和8年2月3日
浅井北小学校
保健室

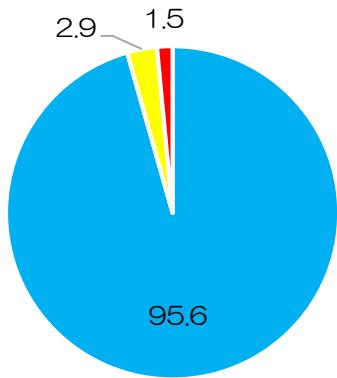


2月14日はバレンタインデー。チョコレートを贈るという習慣は、日本だけのものだそうです。アメリカでは、特定の誰かではなくクラス全員でプレゼントやカードの交換を行い、盛り上がる学校もあるそうです。新しい学年、新しいクラスになるまであと少し。もしも「ありがとう」「ごめんね」を言いたいのにまだ伝えられていないクラスメイトがいたら、この機会に伝えておくのもいいですね。

3学期の「げんきチェックカード」より

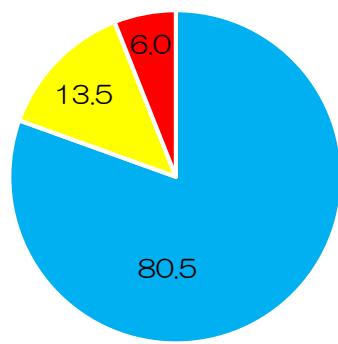
1月8日（木）から15日（木）の平日5日間、1～4年生は「げんきチェックカード」に取り組みました。朝食摂取率と朝食後の歯みがき実施率は以下のグラフの通りです。

朝食摂取率 (%)



・毎日食べる ・食べない日あり ・毎日食べない

朝食後歯みがき実施率 (%)



・毎日みがく ・みがかない日あり ・毎日みがかない

朝食摂取率は、2学期に比べ「食べない日あり」と答えた児童の割合が減り、「毎日食べる」と答えた児童が増えました。ご家庭の協力があっての結果だと思います。ありがとうございます。

その一方で、「朝食後毎日歯をみがく」と答えた児童は80.5%にとどまっていました。

新学期が始まり、登校前のペースがつかめていない時期の実施だったからかもしれません、「食べたらみがく」習慣を身に付けられるようにすることも今後の保健教育で取り組んでいくべき課題の一つだと感じました。



1月の身体測定時の保健教育で、白泉社発行 ヨシタケシンスケ著『お悩み相談 そんなこともアラーナ』という本を子供たちに紹介しました。そして、1～3年生には「人間生活の中で一番大事だと思うことは何か」、4～6年生には「幸せになるにはどうしたらいいか」という同年代の子供から寄せられた悩みについて、自分ならどう答えるかを考えもらいました。

1～3年生は、「ごはんをしっかり食べること」「健康」「自分のいのちを守ること」「自分の夢をあきらめないこと」「人にやさしくすること」「笑顔で人助け」という意見がありました。4～6年生は、「自分が好きなこと、楽しいと思えることをする、見つける」「嫌なことでも『命に係わらなくてよかった』と前向きに考える」「人の喜ぶことをしてあげると、自分も幸せな気分になれる」という意見がありました。

私が思っている以上に、子供たちは深く考え、自分なりの意見をしっかりと持つていて、これに気付かされました。正解が一つではない問い合わせについて、自分なりに考え、答えを見つけていくことの大切さを子供たちと共有できたように思います。