

今ほけんたより 7月

まだ、梅雨明けを迎えていないのに厳しい暑さが続き、子供たちも心身の疲労が蓄積しているように感じます。熱中症を予防し、この夏を乗り切るために、生活習慣を整えて、十分な栄養と水分、十分な睡眠をとって、元気に過ごせるようにしてください。

定期健康診断へのご協力、ありがとうございました

春から実施してきた定期健康診断ですが、保護者の方のご理解とご協力のおかげで、全ての健診を終えることができました。感謝申し上げます。



毎年の健康診断の結果が記録されている「定期健康診断の記録」をお渡しします。

この記録には健診時の症状や状態が書かれています。健診後に受診して治療等を済ませていただいた場合、保健室では『受診済み』を記録しています。こちらの用紙には記載されませんが、ご了承ください。

- ・「/（斜線）」は「異常なし」という意味です。
- ・視力検査の記号の見方は下に書いてあります。
- ・尿検査で「潜血」が（±）でも正常範囲内の人には「異常なし」の結果が出ています。

なお、各健診で病院への受診をお勧めする用紙を受け取り、まだ受診されていない方は、夏休みが受診・相談のチャンスです。

9月には『受診報告書』を学校にご提出くださいますよう、よろしくお願いいたします。

定期健康診断の記録 東京都北区立浮間小学校

年 級 番

		1年	2年	3年	4年	5年	6年
身長 (cm)							
体重 (kg)							
肥満度 (%)							
存在・胸部・四肢							
視力	右	()	()	()	()	()	()
	左	()	()	()	()	()	()
目の疾患など							
聴力	右						
	左						
耳鳴・聴覚							
皮膚							
結核							
心臓	心電図						
	胸痛など						
採検査	血球						
	潜血						
	その他						
健康相談	虫歯・歯痛	本	本	本	本	本	本
	顎関節症	本	本	本	本	本	本
	歯周病	本	本	本	本	本	本
	顎関節						
その他	歯列・咬合						
	歯垢						
	歯肉						
	その他						
その他の疾患など							
備考							

・斜線は異常なし。
 ・肥満度 (過体重率) = (実測体重 (kg) - 身長別標準体重 (kg)) / 身長別標準体重 (kg) × 100 (%)
 計算結果が、+30%以上：肥満傾向、-30%以下：やせ傾向
 ・視力の () 内は屈折率などの範囲時。
 ・屈折率：+1.0以上、0-0.9、0.1、0.2、0.3未満、0-測定不能、->近視表



保健室から、夏休み中の宿題が出ます。

今年も歯みがきに関する宿題に取り組んでいただきます。歯垢染め出し錠を使って歯を染め出し、みがき残しが多い部分を確認します。歯垢をきれいに落とすみがき方を工夫し、気を付けることを考えます。そして、1週間めあてを意識して歯をみがき、歯みがきカレンダーに色をぬります。ぜひ親子で歯の染め出しに取り組んでいただければと思います。詳しくは夏休み前に配付するお手紙をご覧ください。よろしくお願いいたします。



「生命（いのち）の安全教育」の実施について



令和2年6月に政府の「性犯罪・性暴力対策強化のための関係府省会議」において決定された「性犯罪・性暴力対策の強化の方針」を踏まえ、子供たちが性暴力の加害者、被害者、傍観者にならないよう、文部科学省から全国の学校に「生命の安全教育」を推進するよう通達が出ています。

本校においても、全ての学級で6月から7月にかけて「生命の安全教育」を行いました。学年によって内容は少しずつ違いますが、以下のことを一緒に考えました。

- ・自分の体も他の人の体も大切なこと
- ・体の大切なところ～プライベートゾーン～について
- ・自分と他の人を守るためのルールについて
- ・自分と他の人の、体と心の距離感について
- ・自分の身を守るために『はっきり断る』『逃げる』『安心できる大人に話す』こと



これらのことを通して、生命の尊さや生命を大切にすること、自分も相手も一人一人を尊重することなどを学びました。

保護者の皆様には、お子さんの性暴力被害防止のための「生命の安全教育」について、御理解と御協力をお願いいたします。各発達段階別の教材・指導の手引きは、以下のURLより閲覧・ダウンロードが可能です。ぜひ、保護者の方もお読みいただき、お子さんと確認していただくなど活用していただけると幸いです。

文部科学省ホームページ：「生命（いのち）の安全教育とは」

(URL) https://www.mext.go.jp/a_menu/danjo/anzen/index2.html

学校保健委員会（講演会）にご参加ください！

夏休みに入ってすぐの7月23日（火）に、本校の体育館で講演会が開催されます。時間は、13時30分から14時45分までです。

講師の先生はキッズタウンあとりえの杉浦悦子先生です。

杉浦悦子先生は児童発達支援施設の管理者で、保育士・公認心理士・社会福祉士の資格をもっていらっしゃいます。子供たちの健やかな発育・発達について詳しく保護者の方の相談にもたくさん応じていらっしゃいます。

その経験を踏まえて、「子供に自信とやる気をもたせる子育て」についてご講演いただきます。心温まるお話や、明日からの子育てのヒントを伺うことができますと思います。

ぜひ、多くの方のご参加をお待ちしています！

