

# けんこうたまたまばこ



中根小  
令和4年度

もう少しで3学期が終わりますね。今年度は、健康で安全な生活を送ることができましたか？生活習慣や手洗い・うがい、遊び方などを振り返り、病気やけがが再発しないようにこれからも気を付けましょう。

3月のほけんもくひょう

けんこう あんぜん せいかつ はんせい  
**健康・安全な生活について反省しよう**

## 今年の保健室の利用のようす



今年度は、引き続き新型コロナウイルス感染症が流行したうえ、3年ぶりにインフルエンザの感染者も増えました。まだまだ油断できない日々が続いていますね。最近では水が冷たいからか、石けんを使って手洗いをする人が少なくなっています。きちんと石けんを使ってこまめに手洗いをしましょう。新型コロナウイルス感染症やインフルエンザの流行が落ち着いても、換気をきちんとして健康にすごしましょう。

けがをした人のほとんどが、遊んでいるときに人とぶつかったり、机や遊具などにぶつかったりしたことが原因でした。身の回りに人や物がないか、ぶつかるきけがないか、確認してから遊ぶようにしましょう。

## 次の学年へのステップを！

春休みは次の学年へのステップのために、心やからだ、身のまわりのことなどで準備をするチャンス！

【ステップ1】早寝早起きや朝ごはん、排便などの生活リズムを整えましょう。

【ステップ2】洋服や上ばき、くつなどのサイズを確認して、合わなくなったものは新しくしましょう。



## ほけんいいんかい 保健委員会 ハンカチグランプリ

1月30日(月)～2月2日(木)に、ハンカチグランプリを開催しました。毎日、清潔なハンカチを持ってきているか、担任の先生にチェックしてもらい、ハンカチ所持率を全クラス対抗で競いました。

放送と保健室前の掲示で結果発表をしました。

ハンカチグランプリ中は、特に気をつけてハンカチを持ってきている人が多かったです。

これからも毎日身に付けて、手洗いやけがの手当てに役立てましょう。



【ハンカチグランプリの結果を見る様子】



ねんせい 2年生 いのちの授業  
 たいせつ 「大切ないのち」～生まれる前のわたしたち～



なかのなかでそだつ赤ちゃん

「いのちの始まり」の大きさを見ました。受精卵の大きさは、約0.1mm。「こんなに小さいの～!？」というおどろきの声が聞こえてきました。



黒い紙を光にかざすと、いのちの始まりの大きさが見えたよ。

赤ちゃんをだっこしてみよう

赤ちゃんそっくりな人形をだっこしました。小さくてかわいらしいけど、「思ったより重い!」という声も聞こえてきました。重さは約3000g。首が後ろに倒れないように支えながら、やさしくだっこしました。



意外と重いだね。

生まれてくることはキセキ!みんなは天才!

赤ちゃんは、細い産道を通るために、頭の形を変えながら生まれてきます。お母さんは、痛いのをこらえて赤ちゃんがおなかから出られるようにいきみます。おうちの方、お医者さんや看護師さん…まわりの人たちは、赤ちゃんが無事に生まれてこられるように、お母さんを一生懸命手助けします。いろいろな人に支えられ、赤ちゃん自身も一生懸命頑張って生まれてくるのです。だから、生まれてくることは、本当に大変なこと、すごいこと。

それを乗り越えて生まれてきてくれたあなたたちは天才!!

みんなかけがえのない存在。自分のことも、他の人のことも、大切にしようね。



いのちの授業を振り返って

わたしをうんでくれた人、そしてお父さん、おじいちゃん、おばあちゃんみんながいてくれるから、わたしは今ここにいます。

お母さんががんばってうんでくれたから、大切ないのちを大切にしたいな。

みんな、わたしが生まれてくるのを楽しみに待っていたんだなと思った。



せいちょう 成長

ほけんしつ4コママンガ

