

ほけんだより3月

令和7年3月17日
おてしょうがっこう 保健室
大手 小 学校

【3月の保健目標】
1年間の健康生活の
反省をしよう

＊1年間ありがとうございました＊

あっという間に今年度も終わりでですね。みなさんにとって、この1年はどんな1年でしたか？「楽しい1年だったな」と思う人がたくさんいると嬉しいです。

磯部先生は今年度の春に大手小学校にきて、元気なみなさんに出会えて、とても楽しく、思い出に残る1年になりました。ありがとう！4月からは新しい学年になりますね。不安があるかもしれませんが、自分のペースで来年度も楽しみましょね。



1年間の健康生活の反省をしよう！

1年間の自分の生活をふりかえり、□にチェックをつけてみましょう！
春からの新しい学年でも健康ですごせるように、自分の生活を見直しましょう。



☐ 早ね早起きができた



☐ 手洗い・うがいをした



☐ 1日3食
好き嫌いせず食べた



☐ 元気に体を動かした



☐ 正しい姿勢で、学習に
取り組むことができた



☐ ゲームなどのメディアは
時間を決めてできた



☐ しっかり歯をみがいた



☐ 自分や周りの人を
大切にすることができた



☐ 苦手なことに挑戦できた



いのちの学習



うまれてきてくれて ありがとう

2年生と5年生を対象に、助産師の梅木さんをお招きし、「いのちの学習」を行いました。梅木さんからいのちの始まりやおなかの中の赤ちゃんの成長のお話を聞きました。その後、それぞれの班に別れて体験活動をしました。



抱っこ体験

おなかの中にいる2か月～10か月の赤ちゃんを抱っこしました。2か月の赤ちゃんは豆ぐらいの大きさですが、10か月には1リットルの牛乳パック3つ分の重さになるそうです。10か月の赤ちゃんを抱っこしてみて「こんな重たいのに、洗濯やお風呂そうじはできないよ」とお母さんのすごさを実感していました。

生まれる体験

「赤ちゃんの育つ部屋」に入って、生まれる体験をしました。赤ちゃんは手を使わずに生まれると梅木さんから聞いて、手を使わずに挑みました。自分自身も赤ちゃんのときにこうやって頑張って生まれてきたのだと分かる体験でした。



おむつ替え体験(5年生)

弟や妹がいる子たちがお手本を見せてくれた後に、1人ずつおむつ替え体験をしました。「人形でも難しい!」「あばれたりしたら大変だね」と話しながら、ゆっくり丁寧に赤ちゃんを大切にしながらおむつ替えができました。



～保護者のみなさま～

保護者のみなさま、1年間学校保健活動へのご協力ありがとうございました。来年度も、保健室から子どもたちの成長や活躍を見守っていきたいと思います。元気に新年度を迎えることができるよう、春休み中もご家庭でのサポートを引き続きよろしくお願いします。

