

保健だより

令和5年度 2月号
練馬区立田柄第二小学校
校長 岩井 一雄
養護教諭

こんげつ ほけんもくひょう
今月の保健目標

心も健康でいよう！

2月4日は立春です。暦の上では春ですが、2月もまだまだ寒い日が続きます。インフルエンザや胃腸炎が流行する恐れもある時期です。こまめにうがいや手洗いをしたり、下着や暖かい靴下などで防寒対策をしたりして、自分の体を労ってほしいと思います。



1月の身体計測平均結果

	男子		女子	
	身長 (cm)	体重 (kg)	身長 (cm)	体重 (kg)
1年	121.8	23.0	121.0	23.1
2年	128.8	27.2	126.3	25.5
3年	133.1	29.6	132.3	28.3
4年	138.7	34.1	142.0	35.6
5年	144.5	38.5	146.3	37.3
6年	153.5	43.5	152.7	44.7

★平均値は成長の目安です。自分の結果がこの数字より大きいとか小さいと比べて良い悪いを決めるものではありません。バランスよく成長していることが1番大切なことです。

計測前に保健指導を行いました

学年	指導内容
1年	おしえて！くもくん ～プライベートゾーンってなあに～
2年	歯の王様 ～6才臼歯ってなあに～
3年	目の健康について ～すすむ近視をなんとかしよう大作戦～
4年	自分らしさってなあに～多様な性について～
5年	体の免疫力 ～繊毛と扁桃腺のはたらき～
6年	心の発達 ～脳のしくみ～

りんごをイメージしてください。というと子どもたちは一人一人様々なりんごをイメージしていました。同じように、色々な考え方があり、心にも個人差があること、心の性と体の性について、心のあり方を表す言葉についてお話をしました。みんな真剣に聞いていました。



SOGIEって、なに？



SOGIE(ソジー)とは、Sexual Orientation(性的指向)、Gender Identity(性自認)、Gender Expression(性表現)を組み合わせた言葉で、誰もが持っている性の要素です。これにSex Characteristics(身体の性的特徴)を加えた「SOGIESC(ソジエスク)」という言葉もあります。

Sexual Orientation Gender Identity Gender Expression

性的指向

好きになる性。恋愛対象はどんな性別の人か。

例:好きになるのは男性/女性/性別にこだわらないなど。
恋愛感情を持たない人もいます。



性自認

心の性。自分の性をどうとらえているか。

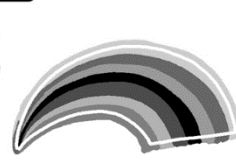
例:自分を男性/女性と思う、どちらでもない/どちらでもあると思うなど。



性表現

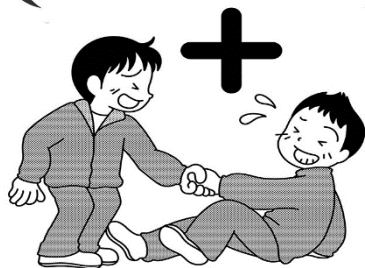
服装や髪型、しぐさ、言葉遣いなど、どのように自分を表現するか。

例:スカートをはきたい/はきたくない、一人称の使い方など。

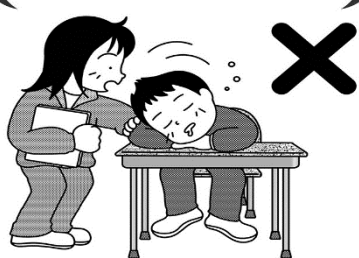


がつ ほけんもくひょう こころ けんこう
2月の保健目標は「心も健康でいよう」です

(たすけあって)



(声をかけあって)



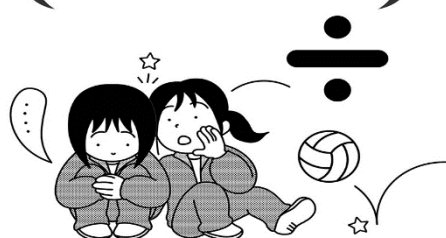
やさしい生活を

おもいやり算で

(ひきうけて)



(いたわって)



だいじ 大事にしてほしいことは「リアル」なかわりです。ゲームやインターネットの中^{なか}だけでなく、^{とも}友だちとすごしたり、だれかに^{そうだん}相談したり、よい景色^{けしき}をながめてぼーっとしてみたり。自分^{じぶん}が「楽しい」と思えることを探してみましよう。

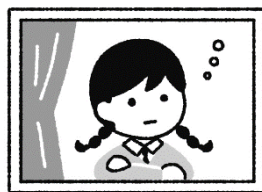
いっしょにいる人
コミュニケーションは？



おんがく き
音楽を聴く



ぼーっとする



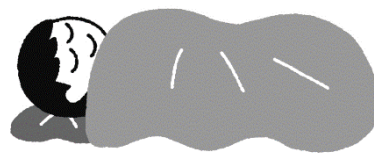
どくしょ
読書をする



とも
友だちと
すごす



すいみん
睡眠をとる



1月の学校感染症情報

1月の感染症による欠席の様子は、インフルエンザ14名、新型コロナウイルス4名、胃腸炎5名、溶連菌4名です。インフルエンザはA型とB型のどちらもでています。また、登校後に嘔吐や発熱で早退をする児童は7名でした。早退の際は、すぐに迎えにきていただくなどの対応いただき、ご家庭の協力に感謝しております。