

ほけんだよりNo.11

令和4年11月1日 岩国市立美和東小学校 保健室



日が落ちるのが早くなって、ふく風も冷たくなってきましたね。まだ寒さに体が慣れないこの時期は、もっと気温が低いはずの冬より寒く感じることもあるそうです。寒い日は、上着やセーターを着て、あたたかくして過ごしましょう。

11月の保健目標

正しい姿勢をしよう

10月6日(木) 1・5年生 耳鼻科検診を行いました!

先月、美和中学校で1・5年生を対象に耳鼻科検診を実施しました。1年生は初めての耳鼻科検診でドキドキしましたが、上手に受けることができました。

今回の検診で、受診が必要だったひとは、早めに医療機関を受診しましょう。



さすが5年生。スムーズに受けることができました。



1年生。緊張したけど、がんばりました!

「学校保健安全委員会」を開催しました!

10月14日(金)に4~6年生と保護者の方を対象に学校保健安全委員会を開催しました。今年のテーマは「安心安全なSNSの使い方」です。

保健委員会では「美和中学校区SNSの使い方5箇条」を元に、ミニ動画「やりすぎ編・個人情報編」を上映し、どこが危なかったのか、いけなかったのかをみんなで考えました。

また、講演では講師に山口県金融広報委員会 アドバイザー 岡本浩司 先生をお招きして、「小学生に伝えたいオンラインゲーム・SNS事情」についてお話いただきました。先生がこれまでに相談を受けた内容には衝撃的なものも多く、加害者にも被害者にもならない適切なメディアの使い方について学ぶことができました。



SNSの使い方5箇条

- 1 相手を傷つけるような発言、書き込みはしないようにしましょう
- 2 寝る1時間前にはメディアに触れないようにしましょう
- 3 使用時間を家族と相談して決めよう
- 4 個人情報 載せないようにしましょう
- 5 21時以降はメディアを使わないようにしましょう



子どもたちの感想から

4年：保健委員会の人が一生涯懸命に真剣に発表しているからすごいと思いました。講演で2年生が30万円課金で使ったことにびっくりしました。

5年：わたしはインターネットのゲームをよくするので、気をつけたいと思いました。

6年：保健委員会の発表や岡本先生の話聞いて、これからSNSを使う際には、個人情報 をのせないようにしたり、夜遅くまで使わないように気をつけたいです。

保護者の方の感想から

今困っていることをお話いただき、大変よかったです。自宅でもよく話し合いたいと思います。

メディアの危険性は知っていたつもりでしたが、想像以上のことが起こっていることを知りました。

依存の怖さ、お金・命の大切さ、個人情報 が命に関わることもあることを丁寧にわかりやすく伝えてくださったと思います。我が子が加害者になることがないように、より意識した日常生活を送りたいと改めて思いました。

大切なのは

勉強で

トイレのあと

一度解いた問題でも、見直したり別の解き方を考えたりして「振り返る」と、学んだことがしっかり定着するそうです。

紙くずが落ちていないか、汚してしまったところはないかなど「振り返って」確認しましょう。次の人が気持ちよく使えと、うれしいですね。

11月10日は「いいトイレの日」

なぜケガをしたのが、次から気をつけることなど、ケガをしたときがチャンス。「振り返って」みましょう。

みなさんの少しずつの思いやりで清潔なトイレにしましょう。

振り返り