

9がっほけんだより

岩国市立錦清流小学校
実習生 寺光望乃
令和8年9月25日

保健指導を行いました！

1・2年生は、「めざせ！けがゼロ！がっこうあんぜんだいさくせん」をテーマに、けがの予防について学びました。探検隊になり、学校の中をみんなで探検しながら、けがにつながりそうな危険を探したり、見つけた危険をどのようにしたら防ぐことができるのかを考えたりしました。みんなで楽しく学校を探検をし、積極的に危険を探す姿がたくさん見られました。「学童でも探検してみる！」と、学んだことを学校以外の場所でも生かそうとする姿に、温かい気持ちになりました。

3・4年生は、「見つけよう！メディアを減らしてできた新しい時間の過ごし方」をテーマに、メディアとの付き合い方を学びました。子どもたちは、自分に合った時間の使い方をそれぞれ考えることができました。ノーメディアデーで、授業で考えた過ごし方を実践してくれることを楽しみにしています。また、メディアを使いすぎたときにできる「アイケア運動」もみんなで実践し、楽しみながら学ぶことができました。

5・6年生は、睡眠とけがの関係について学びました。睡眠不足が身体に与える影響について考えたり、十分な睡眠時間を確保するための理想的な生活リズムを考えたり、少し難しい内容にも取り組みました。積極的に手を挙げて発表する姿が多く見られ、意欲的に学ぶ姿が印象的でした。



けがを予防するためには？

けがを予防するためには、危険な場所や行動に気を付けるだけでなく、毎日の生活習慣を整えることも大切です。特に、錦体祭の練習に一生懸命取り組んでいるこの時期は、子どもたちが想像している以上に、身体も心も疲れていることがあります。生活習慣を整え、毎日を元気に過ごすことが、けがの予防にもつながります。

実習を終えて

9月25日をもって、4週間の実習を終えます。4週間、本当にありがとうございました。実習を通して、児童の健康課題や救急処置など、多くの知識や技術を学ぶことができました。また、児童のみなさんとたくさん関わる機会にも恵まれ、充実した実習期間を過ごすことができました。錦体祭の練習に一生懸命取り組む児童のみなさんの姿から、私自身もたくさんの元気やエネルギーをもらいました。みなさんと過ごした4週間は、私にとって大切な学びの時間となりました。

この実習を通して学んだことをこれからもしっかりと生かし、将来、養護教諭になれるよう努力していきたいと思います。4週間温かく見守ってください、本当にありがとうございました。またどこかでお会いする機会がありましたら、よろしく願いいたします。

