



2学期が始まります。

※表面を保護者の方向け、裏面を児童向けに作成しております。

こんがりと日焼けした児童たちの様子から、楽しい夏休みだったことがうかがえます。久しぶりに皆の元気な姿を見ることができてとても嬉しいです。

今日から2学期が始まります。運動会に学芸会と行事が盛りだくさんの時期です。規則正しい生活リズムを心がけ、元気に学校生活を送ってほしいと思います。今学期もどうぞよろしくお願いいたします。



「がん教育」の研修を受けて

養護教諭向けの研修会で「がん教育」についての講演を聴いてきました。『がん対策基本法』では、がんに関する知識やがん患者への理解を深めるためとして、「がんに関する教育の推進」の項目が設けられています。

日本国民の2人に1人はがんになる。

3人に1人ががんで亡くなる。

規則正しい生活習慣が予防に繋がる。

患者の6割が、治療により社会や家庭に復帰している。

青の吹き出しはよく耳にするデータかと思えます。それでも、「がん」と告知されると「なぜ私が…」と多くの人を取り乱してしまう、そんな様子を見てきた医師による講演でした。

がん



そこで、赤の吹き出し等のがんに関する知識があれば、向き合う姿勢も変わってくるのではないかと考え、「がん教育」の普及を行っているそうです。

がんの正しい知識を身に付けることで、“自身の生き方や自他の命について考えることができるようになる”ことも「がん教育」の目的の一つです。自分や周りの人を大切にするためにどんなことができるのかを考えるきっかけとして、式小でも指導ができるとよいと考えています。

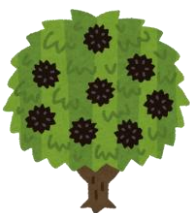
また、がんは早期発見による早期治療が重要です。私自身、今回の研修を受けたことが、がん検診について調べたり、周りの人と健康について話をしたりするきっかけになりました。今回のほけんだよりが、御家庭で健康について改めて振り返っていただくきっかけになれば嬉しいです。



9月の保健・給食行事

- 4日(月) 身体測定(全校児童)
- 11日(月) 歯垢染色(1・3・5年)
- 12日(火) 歯垢染色(2・4・6年)

※身体測定は**体育着**が必要です。
※すぎなのは押印・学校に返却、
成長曲線図は御家庭の判断で保管・処分をお願いいたします。





の保健目標は… ①生活リズムを整えよう ②心急手当を身に付けよう です。

生活リズムを整えることは、心とからだの健康につながります。夏休みでリズムが少し乱れてしまった人は、意識をして改善するようにしましょう。

生活リズムチェック

- 目標時刻までに寝ている。(低学年…9:00 / 中学年…9:30 / 高学年…10:00)
- 6:30までに起きて、朝ごはんを食べている。
- 好き嫌いをせずに食事をしている。
- 外で遊んだり、お家の人のお手伝いをしたりしている。
- 授業や宿題など、勉強をがんばって脳みそを使っている。



この5つ全部にチェックができれば、あなたの生活リズムはばっちりです！
毎日全部にチェックできるように頑張ってくださいね☆

けがの手当あみだくじ

正しい心急手当をおぼえて、自分でもできるようにしましょう。学校では保健室も利用してくださいね。



すりきず・きりきず



だぼく



はなぢ



ねんざ

・鼻のわきをぎゅっとつまんで血をとめる。
×上をむく。鼻をかむ。

・水道の水でよく洗い、泥や砂などの汚れをとる。

・冷やす。
・静かにすごす。
※ 頭の場合は大人に言う。

・冷やす。
・高くして、動かさない。
・圧迫する。