



今年はどんな1年でしたか？新型コロナウイルスの影響で変わってしまったこと、我慢しないといけないこともたくさんあったと思います。90日もの長い2学期でしたがみんな本当によくがんばりました。1年の疲れが出て体調を崩してしまわないように、生活リズムを整えて過ごしてくださいね。



飲酒・喫煙・薬物乱用防止(SNSの危険性)学習

17日、5・6年生は、京都府警少年サポートセンターの方を招き、SNSの危険性や薬物についても学習しました。夜はPTAの方も、SNSの危険性について学習会を実施しました。雪が降り寒い日でしたが、ご参加ありがとうございました。冬休みの暮らしや今後のメディアとの付き合い方を考えていただく機会となったと思います。感想の一部を紹介します。

• 1年生は、きれいな空気

• 2年生は、たばこのこと

• 3年生は、お酒のこと

• 4年生は、正しい薬の使い方

• 5年生 }
• 6年生 } はSNSの危険性

• PTAの方々もSNSの危険性



お酒を飲んだら危険な病気になったり脳の成長が止まったりするからお酒を飲んだらだめだと思う。(3年)

薬物は命に関わる危険なものだと知って大人になって使わないでおこうと思いました。SNSを私は使っているから気をつけようと思いました。少年院に絶対行きたくないとしました。(5年)

SNSや薬物の危険性について実例を交えながら話して頂きとても身近で恐ろしいなと思いました。これからもう一度、子どものゲームとの関わり方や、携帯へのふれさせ方などをよく考え、危ない道へ進んでいかないよう、親がしっかりと責任をもって教育していきたいです(2年保護者)

とても参考になる講演会でした。SNSの現状や薬物の巧妙さ。便利な世の中になっていく一方で、気づきにくい悪の世の中になっている。身近にいる親(大人)達が子ども達を守っていかないと改めて実感する時間でした。ありがとうございました。(6年保護者)



それぞれ学習しました。ご家庭でも学習したことが無駄にならないよう親子で話題にして子どもたちを危険から守りましょう。

※健康の記録をお返しします。歯科検診について、例年、春・秋の2回の検診ですが新型コロナウイルスの影響で、今年は秋の1回のみの実施でした。しかし、システム上、春の歯科検診の欄に記載されています。ご了承ください。

歯や口の困りごとを解決します。商品開発、CM発表!!(4年生)

おうちの方に歯や口に関する困りごとを事前にインタビューし、それを解決するための商品を開発しCMを発表しました。その後、班ごとに交流しながら商品を開発しCMを発表しました。それぞれの班に(寸劇あり、クイズあり、電話受けつけあり等)工夫がいっぱいでした。みんなで話し合い、知恵を出し合うと何倍も面白いものができることを実感しました。



知っていますか?

ニキビのある中高生の52%が「悩んでいる」と答えているそうです。ニキビが与える心の影響は想像以上。ホルモンや皮脂の分泌が増え始める小学校高学年でも気になりはじめます。正しく知り、正しく対処をしましょう。



ニキビクイズ

Q 皮膚科の先生に相談したほうがいいのは、どの種類のニキビ?

1. コメド(面ぼろ) 2. 赤ニキビ 3. 化膿したニキビ

答え【全て(1,2,3)】「1.コメド(面ぼろ)」の段階で治療を始めると、目立つ赤いニキビがでにくくなり、ニキビ痕(あと)もでにくくと言われています。でも、赤く化膿していても手遅れではありません。なるべく痕(あと)を残さないために、「ニキビかも・・・」と気づいたら、早めに皮膚科で相談を!



Q ニキビがあるとき、洗顔回数は多いほどいい?

Yes / No

答え【No】洗顔は余分な皮脂や汚れを落とすために必要ですが、回数を増やしても、ニキビが治るとは限りません。洗顔料を使った洗顔は、朝晩の1日2回が基本です。朝は起床後に、夜は帰宅後に、ニキビをつぶさないように注意して、たっぷりの泡でこすらずやさしく洗いましょう。強くこすってもニキビはなくなり、かえって炎症を起こし悪化させる場合があるので、気をつけましょう。

Q ニキビを早く治したいから、自分でつぶしてもいい?

Yes / No

答え【No】自分でニキビをつぶしてしまうと、周囲の正常な皮膚まで傷つけてしまい、ニキビが悪化したり痕(あと)が残ってしまう可能性があるため、NG!

取りすぎ注意!!の食べ物 ★脂質や糖質の多い食べ物★カフェイン・香辛料などの刺激物を多く含む食べ物は悪化させる可能性があるので、食べすぎに気をつけましょう。



7つのまちがいさがし
 こたえは、児童玄関にあります。
 1月7日の始業式、元気に会いましょう