



令和8年2月13日（金） 大宮南小学校 保健室



こころ からだ いのち がくしゅう 心・体・命の学習をしました

こころ からだ いのち がくしゅうじゅんかん かくがくねん はったつだんかい あ
心・体・命の学習旬間では、各学年の発達段階に合わせ
て学習をしました。成長する自分の心と体についてふり返り
ながら、かけがえのない大切な命について考えました。

えほん とお き も ともだち いけんこうりゅう
絵本を通して気持ちを考えたり、友達と意見交流をしたり、
自分の気持ちと向き合いながら学習を進めてきました。心と
からだ せいちょう ひと ひと
体の成長は人それぞれちがいます。人とくらべるのではなく、
「自分らしさ」を大切にしたいとおもいます。

ひ び せいかつ なか こころ からだ いのち かんが
これからも日々の生活の中で、心・体・命について考え、
まな ぶか 学びを深めていきたいとおもいます。

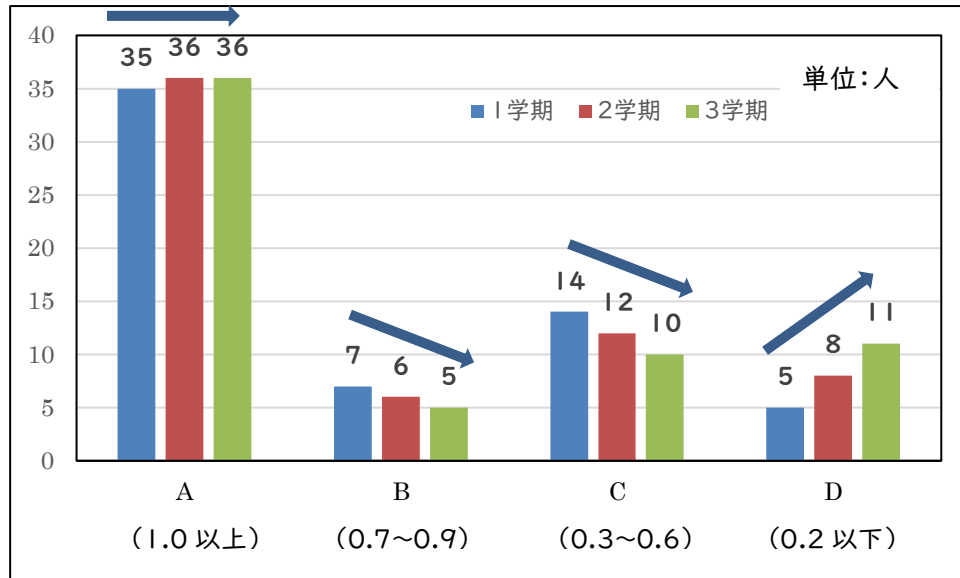


かんそう しょうかい 感想を紹介します



- ・はじめてへそのおをしって、おかあさんにつながってたのが、びっくりしたし、おかあさんにつながってうれしかったです。
- ・自分が思っていたより、しんちょうがのびていた。
- ・いのちはとても大切なんだとおもいました。一日一日を大切に生きたいとおもいました。子どもを生んで、大人やおばあちゃんなどになっても、大切に生きたいし子どもにも教えてあげたいです。ずっとつながるようにしていきたいです。
- ・わたしもともだちもかぞえきれないほどのいのちをもらっているんだなあとおもいました。おかあさんとおとうさんにいのちをくれてありがとうとおもいました。
- ・女子と男子は、成長するしかたがちがうのがびっくりしました。体も少しちがうのがわかったので、もっといろんなことを学びたいです。
- ・「心の発達」の学習をして、大きく成長していたことに気づきました。小さいころはわがままで、人の気持ちをしっかり考えることができなかったけど、今はゆずりあいや助け合いなど気持ちを考えてから行動したり発言することができるようになりました。
- ・世の中にはいろんな思いを持ちながら生活している人がいるから、尊重してみんなが楽しい世界になったらいいなとおもいました。自分も自分らしくでありながら、あこがれも大切にしたいなとおもいました。
- ・今回、いろんな性を習って、自分らしさが人より全然ちがったら不安だったけど、この学習で自分に自信がもてるようになってよかったです。これからも自分らしさを大切にしたいです。

しりょくけんさ けっか 視力検査の結果です



視力A の人数は、1、2、3学期で変化はあまり見られませんが、視力A以下は変動があり、視力D の人数が1学期に比べ2学期は増え、3学期にさらに増えました。子どもの近視は全国的にも増えています。近視は、予防や早期発見が重要です。受診を勧められた人は、お医者さんにみてもらいましょう。

せいかつ みなお 生活を見直してみましょう！

ちようじかん
長時間、スマホやゲーム機の画面を見ていない？

⇒時間を決めて、目を休めましょう！(30分に1回は遠くを見る習慣をつけましょう)

きより ちか
距離は近くなっていない？

⇒目とタブレットや本の距離が近いと、目が疲れやすくなります。

30cm以上はなしましょう！

へや あか
部屋は明るい？

⇒暗い部屋でスマホやゲームはひかえましょう！



つらい...
しもやけ
対策方法は？



ぼう かん ぐ み
防寒具を身につける

からだ ひ まも
体を冷えから守り、
けつ えき なが たも
血液の流れを保てます。

ぬれたままにしない

しめ てぶくろ くつした
湿った手袋や靴下は
と 取り替えましょう。

ゆ ふね
**湯船にしっかりと
浸かる**

ぬるめのお湯にゆっくり
つ 浸かりましょう。

きゅうくつな靴は
履かない

あし けっこう わる
足の血行が悪くならない
くつ えら
靴を選びましょう。

さむ ふせ けつ えき なが たい さく
寒さを防ぎ、血液の流れをよくすることがしもやけ対策のカギです。