

すこやか

平成26年7月8日
高岡市立牧野小学校

梅雨の晴れ間に、長休みや昼休みを利用して、運動隊が企画した牧野カップサッカー大会がありました。先生チームも参加して、6年生チームと試合をしました。天気もよく、先生の方が試合に熱が入り、子供たちと一緒にいい汗をかきました。そして互いに健闘を讃え合い、楽しい時間を過ごしました。

早く梅雨が明け、グラウンドに子供たちの元気いっぱいの声が響くのが待ち遠しいですね。

7月の保健行事

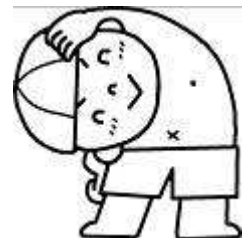


7月 9日(水) 立山登山事前健康診断(6年) 13:30～

禁煙教育講演(6年)

15日(火) 青少年健康づくり支援事業(6年) 14:40～

※アルコールの害について学びます。



◆プール学習を安全に行うために(お願い)

体育の時間にプール学習を行っています。水泳は、健康の保持増進に大変よい運動ですが、とても体力を消耗します。プール学習当日の朝、熱はないか、体調は悪くないか等、下記のチェック項目についてお子さんの体調を観察してください。

☆ プール学習当日に体調が回復していても、前日から体調の悪い人は無理して泳がない。
プール学習は見学する。※必ず担任に連絡帳等で連絡してください。

プール学習前の健康チェック(家庭で)

◎前日までに

- ☐ 目や耳、鼻、皮膚の病気がある人(疑いも含む)は、治療を済ませておく。
- ☐ 手足の爪を切る。
- ☐ 耳あかをとる。
- ☐ 前日は早く寝て、十分睡眠をとる。

◎当日の健康チェック ※当てはまる項目があるとプールに入れません。

- ☐ 熱がある。(プール学習当日の朝、必ず体温を測定し確認する。)
- ☐ 食欲がなく、朝ごはんが食べられない。または、少量しか食べられない。
- ☐ 風邪や下痢などのため、体の調子が悪い。
- ☐ 頭やおなか、耳、のど、目などに痛いところがある。
- ☐ 皮膚にじくじくした化膿した傷、湿疹などがある。
- ☐ その他の症状で体調が悪い、主治医の指示があるなど。

☆ 帰宅後は、目の充血や痛み、耳やのどの痛みなどがないか見てあげてください。

☆ プールに入った日は、いつも以上に体が疲れています。早く寝かせてください。

◆救急救命講習会 ―6月16日(月)―

6月16日(月)に、高岡消防署より救命救急士の方を招いて救急救命講習会を行いました。参加した教職員は、AED練習用トレーナーを使い、AEDの使い方や心肺蘇生法の手順について、救命救急士の方から指導を受けました。

脳は、心臓が止まると15秒以内に意識がなくなり、3～4分以上そのままの状態が続くと回復することが困難になります。そのため、救急隊が到着するまでの間に、その場に居合わせた者が心肺蘇生を行うことによって、救命につながります。

プール学習の時期に、毎年、救急救命講習会を行っています。救急救命士の方から、具体的な事例を聞き、緊急時の対応についての心構えを再確認しました。



◆1年歯みがき指導 ―6月26日(木)・27日(金)―

1年生と「奥歯をきれいに磨こう」の学習をしました。1年生の口の中を見ると、多くの子供たちは、一番奥から6歳臼歯が生えてきています。6歳臼歯に「ろくちゃん」という名前をつけて、6歳臼歯の見つけ方や背の低い6歳臼歯の磨き方を一緒に練習しました。



～学習後の児童の感想～

- ・ ろくちゃんはまだ生えていないけど、もうちょっとで赤ちゃんろくちゃんが出てきそうです。ろくちゃんは最初から大人の歯でびっくりしました。
- ・ いつも適当に磨いていたから、ろくちゃんをしっかりと磨きます。
- ・ ろくちゃんは、「い」の口にして、口を横に引いて磨いてねって言っていたよ。それをえっへん磨きというんだよ。
- ・ 歯みがきをきれいにできたよ。6ちゃんはむし歯になると悲しいよ。
- ・ 林先生がろくちゃんの紙芝居を読んでもくれたから、ろくちゃんのことを全部分かったよ。えっへんみがきできれいになったよ。

☆ 6歳臼歯は、初めから永久歯として生えてきます。歯の中では、噛む力が一番強い歯です。しかし、噛み合わせの溝が深いため、大変むし歯になりやすい歯でもあります。

