

ほけんたより



立川市立柏小学校
令和7年1月30日
校長 田中 義典
養護教諭 斎藤 美帆

寒さが一段と厳しい季節となりました。現在、本校ではインフルエンザ等の大きな感染症の流行は見られせんが、近隣では学級閉鎖の措置を取っている学校があるそうです。インフルエンザB型と診断されている児童も数名いますので、ご注意ください。



食物アレルギーのある児童の保護者の皆様

日頃より、食物アレルギー対応にご協力いただきありがとうございます。

昨年末に、学校生活管理指導表を配布いたしました。ご提出いただいた保護者の皆様、ありがとうございます。

提出の締め切りが2月13日（金）となっておりますので、まだ提出がお済みでない保護者の方は、期限までにご提出ください。学校生活管理指導表の内容に変更がありましたら、学校に直接ご連絡ください。



1月の計測（身長・体重）結果

【学年、男女別の身長・体重の平均】

学年	身長(cm)		体重(kg)	
	男子	女子	男子	女子
1年	120.5	119.3	22.6	23.1
2年	125.7	125.6	26.3	26.2
3年	132.0	132.9	30.7	30.7
4年	137.0	140.0	32.9	34.7
5年	146.1	144.5	38.6	37.8
6年	150.5	152.3	43.0	43.3

計測結果は3学期修了式の日に渡される“のびゆく子”と一緒にお渡しします。

保健指導・保健学習

○各学年でテーマを決め、計測前に保健指導を行いました。

- 1年生：けがの予防
- 2年生：リフレーミング
(物事の捉え方を前向きに変えること)
- 3年生：姿勢
- 4年生：性の多様性
- 5年生：ストレスと言葉
- 6年生：ICT 機器との付き合い方



○4年生の保健の授業を行いました

- ・テーマは、「思春期に起こる体の中の変化について考えよう」です。
- ・「卵子」や「精子」など男女で体のつくりが違うことを学びました。
- ・「卵子」(直径約 0.1 mm)の大きさを実感するために、針で穴をあけた画用紙を見せました。
- ・どのクラスも「こんなに小さいんだ」と驚いている児童が多くいました。(右上の写真)
- ・思春期を迎えると、体だけではなく心にも変化があることも学びました。
- ・「性の多様性」についても触れ、「体の性」と「心の性」が人によっては違うことを知りました。
- ・自分の好きなことも、相手の好きなことも大切にできるようになってもらいたいです。

申請忘れはりませんか？

学校管理下でのケガで病院を受診したお子さんは、『日本スポーツ振興センター災害給付金制度』の対象となります。申請される方は担任または保健室までご連絡ください。

負傷日から2年間申請がないと、権利が失効してしまいますので、ご注意ください。



花粉症の季節です

かゆくても目をこすらないで！

かふんきせつ 花粉の季節がやってきました。目がかゆくてついこすりたくなってしまう という人、ちょっと待って！

自をこするとどうなる？

● 目が傷ついて、 ばい菌などが入りやすくなる

● かゆみをひきおこす物質が出て、もっとかゆくなるなど

自がかゆいとき、どうすればいい？

● 意識的にまばたきをする まばたきをすると涙が出でて、かゆみの原因をあらいながしてくれます。

● 目を冷やす ぬらしたハンドルを目に当ててみると、かゆみが落ち着きます。