

えが お 1 1 号

H30年2月

土曜参観で「学校保健委員会」と「いのちの授業」を行いました。

2月10日(土)学校保健委員会は、1・3・5年生対象にヤクルトの「おなか元気教室」をおこないました。保護者のみなさんや地域の方にも参観していただきました。本校の生活習慣調査などから、徳力小のみんなが、より健康に成長できるために、早ね、早起き、朝ごはん、朝うんちの大切さについて、模型や映像でわかりやすいお話がありました。

いのちの授業は、本校では7年目、2・4・6年生を対象にクラスごとにお話ししていただきました。毎回、地域の助産師さんが講師となって「生まれてきてくれてありがとう。」をメインテーマにお話ししてくださいます。

ぜひ、保護者のみなさんと一緒に聞いていただきたいと思います。土曜参観日に実施いたしました。



学校保健委員会

～早ね、早起き、朝ごはん、朝うんちは、元気のもと!～



「小腸の長さは6m!」こんなに長い!

小腸は栄養分を吸収する働きと病気から体を守る働きがあるよ。

朝ごはん \ 起きる時刻 (%)	6時30分頃より前におきる	7時頃より後におきる	
	毎日朝ご飯を食べる	76.5	23.5
	食べない又は週1回以上食べない日がある	14.3	42.9

朝ごはん\ウンチ (%)	ウンチは1日1回以上出す	ウンチは2~3日に1回出す	ウンチは3日以上でない	
	毎日食べる	57.4	36.8	5.9
	食べないまたは週1回以上食べない日がある	14.3	57.1	28.6

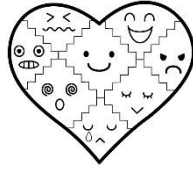
学校がある日は、前日夜9時頃までには布団に入り(低学年は8時)、朝は遅くても6時半前に起きると、1時間目の授業が始まる頃までに、脳の働きが、よりよくなるといわれています。
「早起きしている人は毎日朝ごはんを食べている」こと、「毎日食べている人はウンチも出ている」ことが3年生と5年生への調査でも分かりました。

いのちの授業 じゆぎょう



生まれてきてくれてありがとう！ みんな、みんな大切な命、大切なからだ。

いのち はじ 命の始まりは、こんなに小さい。



おなかの中で、赤ちゃんもがんばっている。



おなかの外に出ると、さむい！



人形の赤ちゃんをだっこしました。おもかった。
私もやさしい人になりたいです。



僕は僕らしく、好きなものは好き！といえる人になりたい。
自分と人の好きなものはちがう。人それぞれ好きなものはちがっても、お互いにそれを認め合えるようになりたい。いろいろな人がいていい。変だな、なんてこれからは思わない。解決できないことがあったら相談することが大事。

おなかの中の赤ちゃんの心臓は、こんなに早く動いている。自分で子宮を広げたい、羊水をきれいにして、育っている。みんな赤ちゃんだった。私は宝物、生まれてきたことがすごいこと！

