



令和3年2月3日
海田南小学校 保健室



2月は別名「如月（きさらぎ）」と言って、寒い冬から春に向かって万物が動き始める時期です。まだまだ寒さが厳しい時期の為、油断すると風邪をひいてしまいます。

海田南小学校では、インフルエンザが今のところいません。普段から石けんを使った手洗いやマスクの着用、換気、水分補給などの感染症対策をしているからだと思います。引き続き、感染症対策を徹底していきましょう。

* 5年生が理科で「人の生命の誕生」を学習しました *

5年生は、1月に理科の学習で、人の母体内での子供の成長の過程について学習し、人は母体内で成長してから、生まれ出てくことや生命の誕生と母体内での子供の成長のすばらしさについても学びました。

黒い画用紙に針で穴を空け、受精卵と同じ大きさだと知ると、ほとんどの児童が予想以上に小さいことに「ええ！」とびっくりしていました。また、胎児（赤ちゃん）が母体内で育つ間の母親の気持ち、家族だけではなく、いろんな人が大事に思っていること、自分の命も他人の命も大切にしてほしいことを伝えました。

* 授業後の感想 *

- ・命を大切に、自分らしく生きていきたいと思いました。(男子)
- ・私の将来の夢は、産科医です。患者さんの気持ちが分かる優しい医者になりたいと思いました。(女子)
- ・受精卵の大きさを見てびっくりしました。私も大人になったら、赤ちゃんを産みたいと思いました。妊娠している人を見かけたら、何か助けてあげたいと思いました。(女子)
- ・生まれる前にもたくさん頑張ってくれていたんで、これからは手伝えることは手伝っていきたいです。(女子)



歯みがきも感染症予防の1つ！



歯みがきは、むし歯や歯周病などの予防になるだけでなく、感染症の予防にもつながります。口の中にいる、細菌やウイルスを歯みがきで外に出すことで、体内に細菌やウイルスが入ることを防ぐことができます。『歯みがきはめんどくさい…』人も、歯みがきをがんばってほしいと思います。

また、今年度、歯科検診でむし歯があると言われても病院に行っていない人がいます。むし歯は、けがや病気と違って時間がたって治るものではありません。早めに治療に行きましょう。

歯に良い食べ物

- ◆カルシウム：歯を形作るのに欠かせない栄養素です。
- ◆たんぱく質：歯の土台である歯肉（歯ぐき）を作ります。
- ◆ビタミンA、C、D：歯や歯肉を健康に保つのに大切なものです。

