

ほけんだより

令和7年9月16日
八王子市立第四小学校
校長 石倉 富男
保健室 塚本 聡美

はつ いく そく てい と き ほ けん
栄養測定^{えいようそくてい}の時に保健のおはなしをしました。

みなさんの記憶^{きおく}に残^{のこ}るような話^{はなし}になるように工夫^{くふう}しました。おうちの人にもお話^{はなし}してみてください。

《1.2年生》

プライベートゾーン

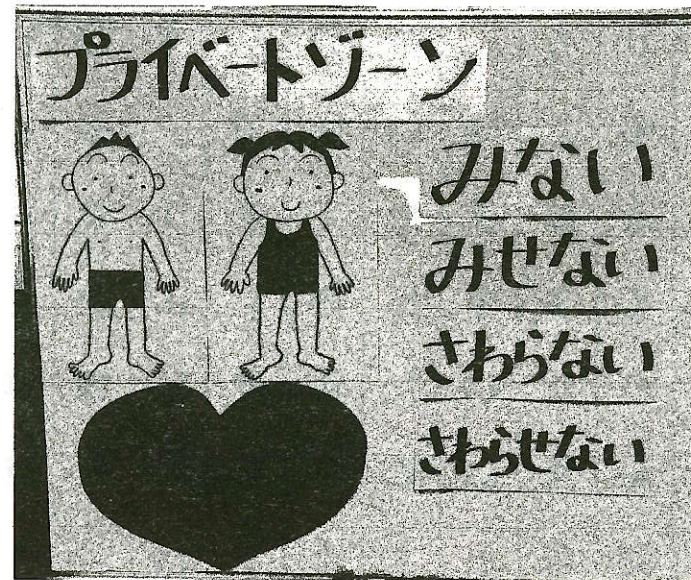
とは？

自分^{じぶん}だけの大切^{たいせつ}

なところ

4つの約束^{やくそく}が

あります。



『おしえて! くもくん』の絵本^{えほん}で石倉^{いさぐら}君^{くん}に話を聞きました。

《3年生》

『あっぱいのひみつ』

『みんなが大^{だい}好き^{すき}な』絵本^{えほん}

あっぱいの話^{はなし}だよ〜!

わー♡ あえー きゃー



あかちゃんがうまると
おかあさんのあっぱいから
おちちがでるようになります。

おちちのもとになる
えいようぶんや すいぶんは
おかあさんのけうえきから
つくられる。しちのことだよ



みんなは、どんな赤ちゃん^{あかちゃん}だったのかな？
おうちの人にきいてみよう。

《4年生》

『ころころころ』絵本^{えほん}

うれしくなったり

かなしくなったり

じがころころかわって

つかれちゃう...! これって

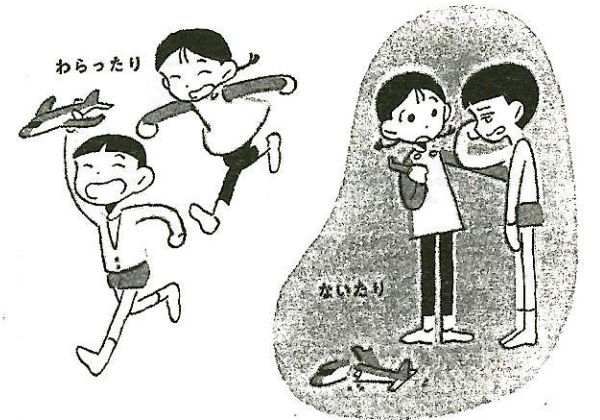
ほくだけ? わたしだけ?

わたしのじは、ころころ

変わる という特^{とく}ちょうが

あります。4年生は、思春^{しゅん}期^きに入^いります。

自分^{じぶん}の心^{こころ}を大切^{たいせつ}にしてくださいね。



《5・6年生》

小生・プライベートゾーン・いのちについて

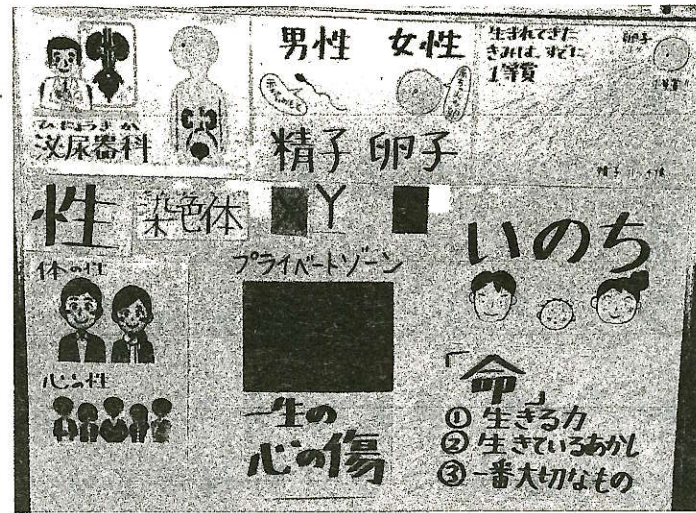
・体の性は2つ
だけど
心の性は、多様
です。

・体の小生は、どのよう
に決まるのか。

・生まれてきた君たちは、すでに1等賞なんだよ！

・いのちは、ずーっとつながっている。すごい！！

「命」は、一番大切なものと辞書に書いてある。



学校薬剤師 佐藤先生より

ひどい暑さが長く続いているために、体の免疫力
が下がってしまっています。そのため、コロナ・溶連菌
結膜炎・胃腸炎などの感染症が
みうけられます。手洗いをしっかりと、
感染予防をしてください。

とのことですよ。



Q 応急処置めいろ (鼻血編)



鼻血が出たときの応急処置はどうすればよいで
しょう。スタートからゴールまで進みましょう。

スタート↓

む	を	た	し	ら	た	で	が	ぢ	な	は	み	が	き
い	び	の	う	う	た	ら	た	れ	お	が	い	た	は
て	く	ろ	し	え	い	し	ま	よ	と	し	や	い	む
は	な	を	た	を	へ	よ	き	う	な	い	さ	の	し
な	う	。	た	む	ん	う	が	い	に	は	ん	は	ば
の	た	ね	い	い	で	。	み	と	な	。	に	む	よ
ふ	は	す	た	て	す	う	り	し	る	ん	い	し	ぼ
く	う	ま	ら	あ	。	よ	か	う	と	せ	こ	ば	う
ら	た	い	だ	る	き	し	つ	ゆ	え	ま	う	か	に
ん	え	い	め	こ	を	ま	し	き	い	れ	し	も	は
で	ま	と	よ	う	つ	け	。	ん	せ	ま	せ	か	か
い	せ	な	。	く	び	を	し	め	つ	け	て	い	る
る	ん	ば	す	い	す	す	ま	め	る	ゆ	は	の	も
ぶ	。	こ	ま	で	や	。	ぬ	れ	た	お	る	な	ど
ぶ	ん	は	み	す	り	ね	た	ら	だ	め	よ	。	で
ん	を	つ	ま	よ	ま	と	と	す	や	ひ	を	な	は

ゴール↓