



令和7年 7月 9日
府中市立武蔵台小学校
保健室

7月の保健目標：身のまわりをきれいにしよう

今年は、6月から暑い日が続いていて、早くも夏バテ気味の児童もいます。登校時や活動した後は、汗で体中びしょり濡れています。ハンカチとは別に汗拭きタオルを持たせてください。また、必要があれば着替えを準備してください。

下着（肌着）をつけましょう

登校時や、体育・休み時間に汗をかき、その後冷房で体が冷えてしまい、腹痛を訴えて保健室へ来る児童がいます。「暑いから、下着は着ていない」という子が多いのですが、下着をつけることで汗を吸い取り、体と服の間の湿度を下げることで涼しく感じます。また、汗のべたつきを抑えられて、あせもなどの皮膚のトラブルになりにくく、清潔に保つことができます。

暑い時こそ、下着をつけましょう。



定期健康診断が終わりました

健康診断の結果から、医療機関での治療・検査が必要とされたお子さんには、各科ごとに「お知らせ」をお渡ししています。学校健康診断は疾病やその疑いのある人をふるい分ける「スクリーニング」です。精密検査をして最終的に、病気や異常がない場合もあります。早期発見・早期治療はもちろん、学校生活を充実させるためにも、できるだけ早い時期に受診し、必要に応じて治療をすすめてください。

また、お子さんの定期的な通院や心身の健康などについて、気になることがありましたら、担任・養護教諭までご相談ください。

健康診断結果のお知らせを配布します（7/18）

4月から行っていた健康診断の結果まとめを、成長の記録として配布します。成長の大切な記録なので、ご家庭で保管してください。また、各科の結果のお知らせをもらい、まだ病院受診をしていない場合は、夏休みに治療をすすめてください。

成長曲線について（1年生・転入生に配布します）

1年生と転入生へ配布します。6年間使用しますので、ご家庭で保存してください。

成長曲線は、一人一人が適正に成長しているかどうかを判断するために描くものです。子供の成長は、体の体質、食生活、生活環境などにも影響されるため、個人差があります。しかし、まれに病気が原因で成長がうまくいかない場合があり、早めに発見し治療をすることが大切です。バランスよく成長ができているか、今後も成長曲線を活用しながら確認していく必要があります。気になることがある場合は、医療機関（小児科）で一度相談することをおすすめします。

6/21（土）学校保健委員会を開催しました

学校保健委員会とは？

学校保健委員会は、「校長、養護教諭等の教員、学校医等、保護者、児童生徒、地域の保健関係機関の代表等を主な委員とし、保健主事が中心となって、学校における児童生徒の心身の健康課題を解決できるよう研究協議すること」とされています。武蔵台小学校では、年1回土曜授業の日を実施しています。

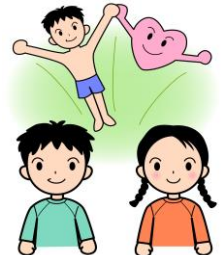
6/21（土）4時間目、第二音楽室で学校保健委員会を開催しました。

本校学校医の崎山弘先生から、講話をしていただきました。学校公開後、多数の保護者様にご参加いただき、ありがとうございます。内容は下記のとおりです。

「3子どもとの関わりで言わない方がよいこと」は、ご家庭でも実践してみてください。

◎崎山小児科ホームページの、院内報「Kero Kero 通信7月号」もご参照ください

テーマ 思春期の心と体の変化 ～親の関わり方～



1 思春期の変化 個人差がある

身体の変化 ニキビ・月経など、発育、

社会的変化 友達関係、グループの影響、親の不安定感、身近に良いモデルケースがない

心の変化 気持ち・考え方の変化、

2 親の関わり方

- ・子どもの危険な行為と子どもの不適切な行為を分けて考える→ 適切な行為を教えていく
- ・その時の親の気分で対応を変えない。考え方がブレないようにする。

見守る 介入しないが、危険のない環境は整える

介入する 子どもの行動の方向性を変える、強制、選択肢を与えない、褒美や罰を与える

3 子どもとの関わりで、言わない方がよいこと （ ）内はその時の状況など

- ・（言わせておいて）『あなた、言ったわよね』
- ・（親の希望を思いながら）『あなたのために・・・』
- ・（選択肢を狭めてから）『あなたが決めなさい』
- ・（まだ遅れていないのに）『早くしなさい』
- ・（親の期待外れの結果に）『だから言ったよね』
- ・（経過を見ていないのに）『ちゃんとやったの？』
- ・（100%の責任を負わせて）『あなたがやりましたね』
- ・（親が不利になった時）『もう、やめよう』
- ・（親が解決できない時）『好きにしまさい』
- ・（親が言葉につまった時）『はあ（ため息）』

