

# えがお

第7号

令和2年6月30日  
朝日小学校保健室発行



おうちの人といっしょに読んでね。



暑くなってきました。今年は、休業期間もあり徐々に暑さに慣れる時期がありませんでした。その上マスク生活！熱中症が心配です。水筒と汗ふきタオルを忘れないでください。水分補給は「ゴクゴクゴク」1回に3口は飲みましょう。もし、水筒のお茶を飲み干してしまった場合、手洗い場のお水は、飲料水の水質検査に合格したのめるお水です。のどがかわく前にしっかり水分補給をしてください。

爪の長い人がいます。ついつい切り忘れやすい足の爪も忘れずに切ってね。



エチケット検査を予定しています。

## プール学習がはじまります



耳・鼻・のどは、「呼吸する」「ものを飲みこむ」など生きていくうえで欠かせない働きをします。また「声を出す」「音を聞く」というコミュニケーションに必要な大切な働きもしています。耳鼻科検診で、受診を勧められた人は、普段の生活で困ることがないかしっかり診てもらいましょう。45人に受診勧告しました。

<耳垢栓塞>耳垢がたまって栓のようにふさいでしまった状態です。このままプールに入ると耳垢が水でふやけて、さらに聞こえが悪くなったり外耳炎を起こしたりします。家で取りにくい場合は、耳鼻科でとってもらいましょう。



### 保健室から①「伝えるってむずかしい」

6月上旬に行った「視力検査」ですが、今回は、新型コロナウイルス対応のため、保健室に1人ずつ入って検査をしました。床に貼ってあるテープを指して「赤い線のところギリギリに立って、左目を斜眼器でかくしてね。」と子供が保健室に入ってくるたびに同じ説明を繰り返しました。

ところが・・・私に背中を向けて立つ子や横を向いて立つ子がいました。・・・そこで、「先生の方を向いて立ってね」と言葉を付け足しました。すると今度は、別の子が、赤いテープにかかとを合わせていたので・・・「赤いテープにつま先を合わせてね」と言葉を付け足しました。伝えるって難しいですね。いつもは、前の人の様子を見ながら検査をしていたからかなあ・・・

「前です」と答える子もいました。前って・・・??



### 保健室から②「わかるってむずかしい」

保健室に入ってきた子、「先生。なんだか変です。」

「えっ!」「変?」「どこが?」「どんなふう?」「あれ、誰の事?・・・」けがの場合は、けがをした所を見せながら話すので、大体の予想もつき、割とスムーズに聞き出すことが出来るのですが、体調や心に関することになると難しいです。子供たちは、自分の体調や感情を的確に表す言葉が少ないというのに、色々な感情がごちゃ混ぜになって、うまく伝えられないことがあります。お話を聞くのにすごく時間がかかります。そんな時、やっぱり「言葉」って大事だなと思います。例えば、最高と最悪という言葉しか持っていない人は、少し嫌なことがあればすぐ最悪、少し良いことがあるだけで最高になってしまいます。気持ち(感情)を表す言葉をたくさん持っている、他の人の気持ちも理解できて自分の感情もコントロールしやすくなるそうです。ストレスにも強くなるともいわれています。的確に表現することができるということは、感情に踊らされることなく適切に判断できるということにもつながります。自分らしく過ごすためにも自分の気持ちを表す言葉をたくさん持っていたいですね。そのために何が必要かな? 友達の表現方法を参考にするとか、一緒に何か体験した後に感想をたくさん言い合うとか本から表現を学んだり、日々、思ったことや気になったことをメモするのもよさそうですね。

## 歯科検診日が決まりました。

7月9日(木)1・2・3年生

7月16日(木)4・5・6年生

★下記の質問項で「はい」が一つでもある方は、記入して提出してください。すべて「いいえ」の人は、提出の必要はありません。

締め切りは検診日の2日前です



年 組 番 名 前

	NO	項 目	
歯 や 口 の よ う す	1	口を開ける時あごの関節が痛む	はい いいえ
	2	あごの関節のところで音がする	はい いいえ
	3	歯をみがくと血がでる	はい いいえ
	4	時々痛む歯がある	はい いいえ
	5	歯に水がしみることもある	はい いいえ
	6	歯並びの矯正中である	はい いいえ