



すくすく

R8.1.26

川俣小
保健室

2月5日はニコニコの語呂から「笑顔の日」だそうです。笑顔でいることは、体の免疫力がアップしたり、リラックス効果があったりと、健康のためにとっても大切です。お互いが笑顔になれるような言葉づかいを意識できるといいですね。

まだまだ、寒い日は続きます。引き続き、手洗い・うがいをして、風邪等の感染症予防をし、元気に過ごせるようご家庭でのご協力をよろしくお願い致します。



2月の保健目標

自分の歯は自分で守ろう



第2回学校保健委員会

「薬物乱用防止教室」を開催しました

12月17日(水)5、6年生を対象に薬物乱用防止教室を行いました。講師にお招きしたのは埼玉警察本部の非行防止指導班「あおぞら」の皆さんです。薬物乱用とは？①薬品を正しく使わないこと(オーバードーズ)②法律で禁止されているものを使うことです。今回は②についてお話をいただきました。酒とたばこ(ノンアルコール飲料や電子タバコ)は、成人年齢が18歳になっても20歳からでなければならぬことを確認しました。薬物は、ルールを守らない子の近くにやってきます。ルールや決まりを守ることは、犯罪から身を守ることを学習しました。最後に、薬物を誘われたときの対応の仕方を考えました。講師の先生からは、①はっきり断る！②その場を離れる！③大人に相談する！の3つを教えてくださいました。自らの健康や命を大切にできる児童になってほしいと思います。

児童の感想「お酒とたばこが体に害があると知らなかったの、わかってよかったです。」
「薬は医者に言われたとおり使わなければならないと知りました。」
「薬物は依存症になってしまい、やめられないことを知りました。」
「薬物は脳が縮んだり手が震えたり、やめるとフラッシュバックが起こったりすることを知りました。」

保護者の感想「身近なところや親しい人からの誘いに勇気をもって断ってほしいと思います。」
「『よくわからないものには手を出さない』ことを子供たちに伝えようと思います。」



第3回学校保健委員会 「がん教育」を開催しました



〔講師〕
両立支援コーディネーター
佐藤 晋一 様

1月15日(木)6年生と保護者を対象に、学校保健委員会を開催しました。今回はがん経験者でもある佐藤 晋一先生にお話を頂きました。

Q1 がんは子供でもなりますか？

A1 子供でもなります。

Q2 がんの種類は？

A2 発生部位、細胞の種類、性質によって無数にあります。

Q3 がんにかかる原因は？

A3 がんにかかる原因は様々ですが、生活習慣、細菌感染、ウイルス感染、もって生まれた体質などがあります。



Q4 治療法は？

A4 手術療法、放射線療法、化学療法、免疫療法、緩和ケアがあります。

Q5 がんの症状は？

A5 がんの種類、症状によって様々です。初期のがんは症状が出ません。無症状の時に発見することが大事です。がん検診で早期にお医者さんが見つけてくれます。



晋一先生は、39歳の時から10個以上のがんにかかりましたが、何度がん宣告を受けても絶対にあきらめない、「不屈の精神」を私たちにお話ししてくれました。

これから長い人生辛いことや悩むことがあったときは、大人に相談して、解決していくことを教えてくださいました。前向きに考えて生きていく学習ができました。



児童の感想「がんはどの年でもどんな人でもかかってしまう病気であり、とても恐ろしいと感じました。今では、手術の他にも放射線や、抗がん剤など治療法についてわかりました。僕も、晋一先生のようにどんなに辛いことがあってもあきらめずに夢に向かっていきたいです。」
「子供でもがんになることがわかりました。血液のがんは白血病ということがわかりました。がんにかかる確率は、高いことがわかりました。日常生活で、野菜を食べていなかったから、野菜を食べます。」

保護者の感想「がんのみの勉強ではなく人生の勉強となり非常に子供達のためになりました。これからも、講話を続けてほしいです。」
「早期発見の大事さがわかりました。今後、がん検診を受けます。政府広報オンラインも活用したいと思います。」