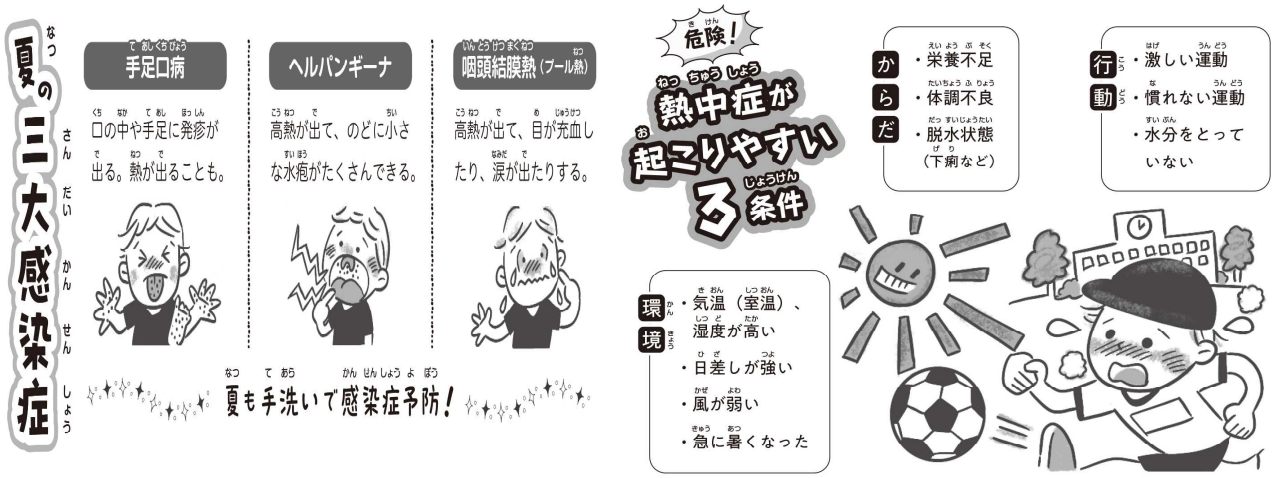
2023. 7 .14　　No.4
鹿嶋市立中野西小学校
保　健　室

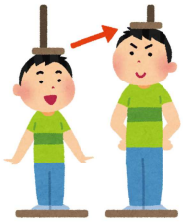
向日葵（ひまわり）

夏の花といえば向日葵。太陽に向かってまっすく伸び。大きな黄色い花を咲かせる姿から、さまざまな国で「太陽の花」を意味する名前がつけられています。夏休みは、将来大きな花を咲かせるためにいろいろな経験ができるチャンスです。毎朝太陽の光を浴びて生活リズムを整え、勉強も運動も遊びも、めいっぱい楽しんでほしいと思います。病気やケガは、少しの気配りで予防できることが多いので、意識していただければと思います。



健康手帳は成長の足あと

健康手帳は、茨城県学校保健会が発行している冊子で、県内の多くの小中学校で活用されています。保護者の皆様が小学生の頃もあったのではないでしょうか。その１ページ目に書かれているとおり「自分の健康は自分でつくる」ことを目的に作られており、時代を反映した健康課題の変化に伴って表紙や内容が改定されてきました。使い方には次の２つがあります。



①　記録して知る（成長や健康の様子の記録）

定期健康診断の結果や、発育測定の記録、体力テストの成績表、清潔調べなどが記入されます。成長や体力等の記録を残すことで、自分の成長や健康に気付き、自分を大切にしようという気持ちにつながると考えます。

②　学習する（健康や安全についてのコラム）

健康手帳には、児童や保護者に知らせたい健康や安全に関する事柄がたくさん書かれています。学校では、その時々に合ったページを使って保健指導を行っています。また、授業や行事、保健指導などで使用したワークシートや写真なども関連するページに貼り重ねています。後で振り返ってみると、当時の様子が分かり、アルバムのように見ることができます。

お子様の成長の足あとして、母子手帳に続き大切にしていただきたいと考えています。学期末にご家庭へ返却しますので、特に付箋の付いているページに目を通していただき、お子様の成長をご確認ください。また、保護者の押印やコメントはお子様の励みになりますので、ご協力よろしくお願いいたします。

返却日　７月１３日（木）　→　回収日　～７月１８日（火）

※今年度から、担任のコメントは押印に替えさせていただきますのでご了承ください。