



1月のほけんだより



平成30年1月31日

和歌山大学教育学部附属特別支援学校

養護教諭 鶴岡 尚子

和歌山市では、インフルエンザ患者数が警報基準値を超えました。本校でも中学部が学部閉鎖となったり、他学部でも患者が出たりしているなど、油断できません。基本的な予防法は、うがい手洗い、規則正しい生活です。そして体調がよくないと感じたら、熱を測る、体を休めるなど、早めの対策をとりましょう。

うがいをすると、こんないいことあるよ！

いろんな感染症予防の基本は、うがい・手洗い。この2つをいつもセットであることを習慣にしましょう。

あ〜 あ〜

- 刺激によって、
血の流れがよくなる
- のどの粘膜が弱まる
のをふせぐ
- ホコリなどを洗い流す
- 口の中に、バイキンが、
つきにくくなる
- のどの痛み、
せきをおさえる
- 口の中をきれいにして、
においを防ぐ

天井を見て
のどの奥を
あらう
「あ〜」とい
ながらするとよい

いのちの授業 総合産業コース1年生 自分のいのち、周りの人のいのち、どちらも大切にしてほしい

これまで、命の誕生の奇跡的な数字や、おなかの赤ちゃんとお母さんの頑張りに関する学習、赤ちゃん人形を抱っこする体験などをしてきました。そして今回、本物の赤ちゃんとお母さんをゲストにお迎えし、交流学习を行いました。10か月のモモエちゃんと、2歳のコウセイ君が来てくれました。



モモエちゃんのおむつ交換に挑戦！足をバタバタさせるから難しい〜！

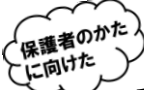


たかいたかい〜！見つめ合ってステキな笑顔(^_^)



コウセイ君に絵本を読んであげました。すっかり仲良し♪

お母さんの助けを借りたり、教えてもらいながら小さな2人とコミュニケーションを取ろうと奮闘する大きな5人。「触ってもいいですか？」とお母さんにたずね、命ある体に大切に触れようとする優しさ、純粋に「かわいい」と感じた温かい気持ち、それらを忘れず、相手を思いやる人間関係を築ける人になってくださいね。



〇〇.ちょっとひと息…こころのおはなし

秋ごろ、娘の気持ちが不安定になり、登園を嫌がったり、本当に些細なことがきっかけで固まって動かなくなることをお伝えしました。なんとかおさまっていたのですが、最近また…。園ではお遊戯会の練習を頑張っているようで、練習は楽しいんだけど緊張もあり、心は疲れているようです。家でも夕飯を「え〜！こんなんイヤ！」と言って突き返します。かなり好き嫌いが多く、食べる物は限られています。苦手でも一口は食べる”をルールにしていました。しかし、作った料理に毎晩「イヤ！」と言われると、こちらも疲弊し我慢の限界、夕飯作りが憂鬱…。そこで、しばらくの間、娘には食べることを無理強いしないことにしました。娘が食べられる物を食べ切れる量だけ出します。結果、娘には（恥ずかしながら）ふりかけご飯か塩おにぎりに、ウインナーかチルド餃子の繰り返しです。もちろんいつまでもこれを続けるつもりはありませんが、私自身がしんどくなって声を荒げてしまう前にとった逃げの手段です。娘を追い詰めないために…を言い訳に、しばらくは超手抜き晩御飯にさせていただきます(ー_ー)