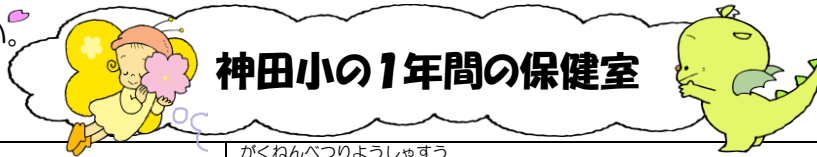


ほけんだより



令和5年3月6日
神田小学校
保健室

少しずつ暖かくなり始め、柔らかな春の日差しを感じるようになりました。たくさんの思い出でいっぱいとなった1年も締めくくりの時期となりました。4月の頃に比べ、心も体も大きく成長しましたね。進級、卒業までの残りの日々も病気やけがに気を付け、楽しく過ごしましょう。ご家庭でもぜひ1年間の成長についてお話をしてみてください。

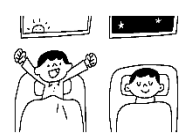


<p>保健室を利用した人</p> <p>合計 1055人</p>	<p>学年別利用者数</p> <p>1年生…213人 3年生…231人 5年生…175人 2年生…178人 4年生…92人 6年生…166人</p>	
<p>学校でけがをして病院に行った人</p> <p>21人</p>	<p>けがをして来た人</p> <p>631人</p>	<p>具合が悪くなって来た人</p> <p>424人</p>
<p>多かったけがの種類</p> <p>だぼく：294件 すりきず：175件</p>	<p>多かった症状</p> <p>頭痛：162件 腹痛：91件</p>	

令和5年4月10日～令和6年2月29日までの保健室来室状況です。保健室を利用した人数をここ数年で比べると令和3年度：約630人、令和4年度：約1500人と2年前と比べると大幅に増えています。コロナの緩和により保健室利用のルールが変更したことも原因の一つですが、一度も保健室に来ることがなかった人がいる一方で、年間15回以上来室する人もいました。自分の不注意によるけがや、生活習慣の乱れによる体調不良などが多かった人は自分の生活を見つめ直してみてください。救急車を要請するような大きな病気やけがは一度もありませんでした。みんなが遊び方のルールを守り、毎日の健康観察をしっかりと行い健康を意識した生活を送れたからだと思います。

1年間の生活をふり返ろう！

この1年間の生活をふり返って、きちんとできた行動は口の中にチェックを入れましょう。できなかった行動は、新学期からできるようにがんばりましょう。



早ね・早起きができた



毎日朝ごはんを食べた



元気よく外遊びができた



手洗い・うがいができた



きちんとあいさつをした



毎日ハンカチ・ティッシュを持ってきた



1日3回歯をみがいた



友だちと仲良くできた

令和5年度 学校保健委員会が開催されました

内容：子どもと絆を深める「ほめ方」や「叱り方」、楽しく子育てするためのコツ
講師：神田小学校 スクールソーシャルワーカー 永野勇気



なぜ「ほめる」は大事？



能力への自信
存在への自信



☆自信や安心感を得ることができる

☆自己価値観（私には価値があるという感覚）が高まる

☆失敗や挫折に対して回復する力や立ち直る力が身につく

「ほめ方」のポイント

具体的にほめる	結果だけでなく、プロセスをほめる
<p>「えらいね～」、「すごいね～」</p> <p>↓</p> <p>「自分からお手紙出してきて、嬉しいな～」</p> <p>「この文字、とても丁寧に書いていて、素敵だね～」</p> <p>ほめる側の感情を伝える</p>	<p>「100点とれて、えらいね！」</p> <p>↓</p> <p>「漢字たくさん書いてがんばっていたものね～」</p> <ul style="list-style-type: none"> 日々の頑張りを知っていることが大事 学校の様子を家庭でほめる機会をつくる
質問してふくらませる	出番をつくって「ありがとう！」を伝える
<p>「この部分かっこいいね！どうやって作ったの？」</p> <p>「うまくできたなあ／苦労したなあってところはどこかな？」（図工の作品など）</p> <p>「ここ難しいのにすごいね！どんな風に考えてみたの？」（計算ドリルやテストなど）</p> <p>本人に積極的に語らせる</p>	<p>「今日は重いな～。〇〇ちゃん助けて～。」（買い物にて）</p> <p>「ありがとう。〇〇ちゃんが持ってきて、助かった」</p> <p>「ありがとう」、「助かった」など感謝も伝える</p>

～子どもの成長に不可欠な「反抗期」～

「叱り方」NGポイント

- ① ほかのことをしながら／目を合わさずに叱る
- ② 行動ではなく、人格を否定する言葉（「ほんとだらしがない！」「バカじゃないの？」「なんでできないの？」）
- ③ 他人と比較をする（「〇〇くんだったらこんなことしないよ！」）
- ④ 責任をもたない言い方「〇〇先生に言うよ！」「お父さんに怒られるよ！」
- ⑤ 威圧する、長々と叱る

Iメッセージと YOUメッセージ

YOUメッセージ：直接的、指示的

- 「もうすぐ、ごはんなんだから、片づけなさい！」
「はやく宿題やっちゃいなさい！」
「こんな遅くまでどこに行ってたの！」



「叱り方」のパワーアップポイント

視線を合わせて話す	叱りたいことは短めに伝える
<p>本人が聞ける態勢になるよう促す</p>	<p>はっきりと真剣に話す</p>
問題行動のすぐ後に叱る	叱っている理由を伝える
<p>時間が経つと状況の振り返りができない子もいる</p>	<p>大事なのは“論破”ではなく、「この人は理由があって自分を叱っている」という「理解」</p>

Iメッセージ：情緒的、対話的

- 「ごはんできるから準備手伝ってくれると嬉しいな」
「はやく宿題を終わらせて、のびのび過ごしてほしいな！」
「帰りが遅くて、（わたしは）すごく心配した」

