

‘元気るんるん’は湯田小学校のほけんだよりです。

2020年(令和2年)8月24日
福山市立湯田小学校

元気るんるん



家の庭でセミのぬげがらをみつけました。セミといえば、夏になるといつの間にか現れてあつという間に消えていく、短命ではかないイメージがあると思いますが、夏の間に木の幹に産みつけられたセミの卵は、翌年の梅雨時に孵化し、孵化した幼虫は土の中へ潜っていき一生の大半は土の中で過ごし、その長さは3～17年にもおよぶのだとか！セミが成虫になってからは、1週間くらいの寿命といわれていますが、運よく天敵に襲われず、環境さえ整っていれば、1カ月くらいは生きられるともいわれています。

セミの鳴き声は、時に暑がるしく感じますが、次に命をつなぐため命がけで鳴くセミには、使命を全うする命の輝きがあり、心打たれ愛おしく思えます。困難を乗り越えるたびに命は輝きを増していく。1匹のセミにもドラマがあり、一生があるように、私たち一人一人にもドラマがあり一生がある。誰のものでもない自分自身の人生を生き切って、命を輝かせたいものです。



8月の保健目標 < 健康や安全に気をつけて生活しよう！ >



保健室の物語



…ある日の保健室
Aくんがやって来て、
「指から血が出てます。」
と言うので、見てみると、つめのきわに
出血の跡が、確か・に・あ・る…
が、すでに出血は止まっている。
それなのに、Aくんは、
「死ぬ～！死ぬ～！」
と叫ぶので、Aくんに聞いてみたのでご
ざいます。
「Aくん、人はどうなったら死ぬと思う？」

Aくん、?????..お答えにならないので、
答えてさしあげたのでございます。
「…この傷口から大出血して、出血多量になっ
たら死んじゃうかもしれないけど…出血止まっ
てますから！それに、この程度の傷で死んでた
ら、みんな死なんといけんがががあ！もお～、な
あ～に言ってんだか！」

♪ナンタァ～ルチィ～ア……



ねっちゅうしょう

よぼう

熱中症を予防するために



全国的に、新型コロナウイルスの感染が広がりを見せています。感染防止対策に加え、連日猛暑の日々も続き、熱中症予防も同時に行うことが大切になってきました。夏にマスクを着け、熱中症も防げなくて、今まで考えられなかったことですが、新型コロナウイルス感染防止も、熱中症予防も命を守る大切なことです。自分や大切な人たちの命を守る「新しい生活様式」を皆さんで知恵を出し合あって考え、実行していきましょう。

すいぶんほきゆう

① 水分補給

マスクを着けていると、気付かないうちに脱水症状を起こし熱中症のリスクが高くなるおそれがあるので、のどが乾いてなくても、こまめに水分補給することが大切です。お子さまには、必ず、毎日、水筒を持たせてください。水分補給はお茶か水が望ましいですが、心配なご家庭はスポーツドリンクを持たせていただいてもいいです。その際は、水で薄めるか、お茶か水と併用するかして、スポーツドリンクの糖分も考慮していただければと思います。



ひがさ

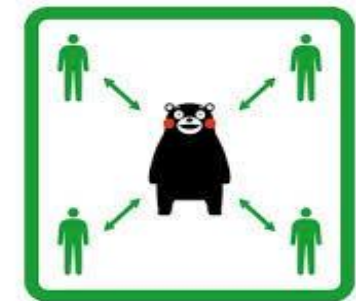
② 日傘でソーシャルディスタンス

環境省も、熱中症予防として、日傘が効果的であると奨励しています。また、日傘を差せば、新型コロナウイルスの感染を防げるわけではありませんが、人と人との間に自然と距離が生まれ、お互いに距離をとろうという意識につながるかもしれません。

湯田小学校でも、日傘を差して、登下校していただいてもいいです。その際は、マスクをはずしてもいいですが、5分間の会話は1回の咳と同じで、約3000個の飛沫と飛沫核が生じるとされているので、会話は控えましょう。

登下校時、日傘を差さなくても、人と十分な距離を確保できる場合は、熱中症予防のため、マスクをはずしてもいいですが、会話はさげましょう。

日傘は命を守るための生活グッズです。日傘を全員が差すわけではないので、差している人は、周りの人を傷つけないよう、日傘をくるくる回したり、振り回したり、遊び道具にしないようにしましょう。差していない人も、日傘を差している人と、「くつつかないモン！」十分な距離をとりましょう。



くつつかないモン
#KeepDistance

