

‘元気るんるん’は湯田小学校のほけんだよりです。

# 元気るんるん 9月

9月22日は「秋分の日」です。この日は、昼と夜の長さが同じとなり、この日を境に、1日の日照時間が、日に日に短くなっていきます。天文計算で日付が決めるため、毎年同じではありません。1948年から祝日となりましたが、このように、毎年日付を変える特殊な祝日は世界でもめずらしいそうです。「春分の日」は「自然を讃え、生物をいつくしむ」日、「秋分の日」は、祖先を敬い、亡くなった人々をしのぶ日として祝日として制定されました。

自分の命に至るまでに、どれだけ多くの祖先の命に引き継がれてきたことでしょうか。自分の後ろには、無数の祖先の方々がいます。自分の命はひとつだけ、その中にたくさんの命が詰まっていると思うと、命はとても重く、大切にしなければとおもいます。



「秋分の日」には、家族でお墓参りをしたり、おはぎを食べたり、亡き人を思ったり、話したり・・・いつも前を向いた生活をしているけれど、たまには後ろを振り返るのもいいかも。

## 9月の保健目標 < けがを予防しよう! >

### 保健室物語

・・・ある日の保健室  
Aくんがやって来て、  
「机に足、ぶつけたあ！足が死ぬ！死ぬ！死ぬううううう！」  
と、さわがしい～たらありやしない！  
「足、ぶつけたくらいでは死にません！たとえ足が死んでも、ゾンビのようによみがえるから大丈夫。」  
と言ったら、  
「そんな、足はゾンビ、足から上は人間な

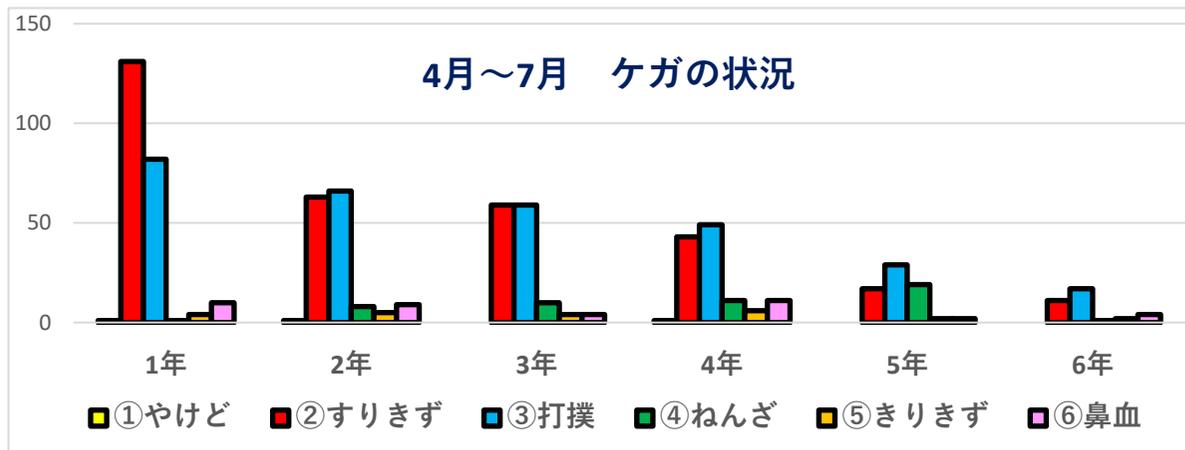
んて、気持ち悪い。だめじゃろう。」  
と言うので、  
「多様な時代なんだから、そんなゾンビがいてもいいじゃん。」  
「いけんよ。そんなん・・・」  
あらまあ～、Aくん、意外に保守的だねわ。  
結局、ひざがちょっと赤くなる程度の打撲(うちみ)で、足が死ぬこともゾンビになることもなかったですけどねえ。もうなんてこった！パンナコッタですわああああ～・・・

# 知っていますか？

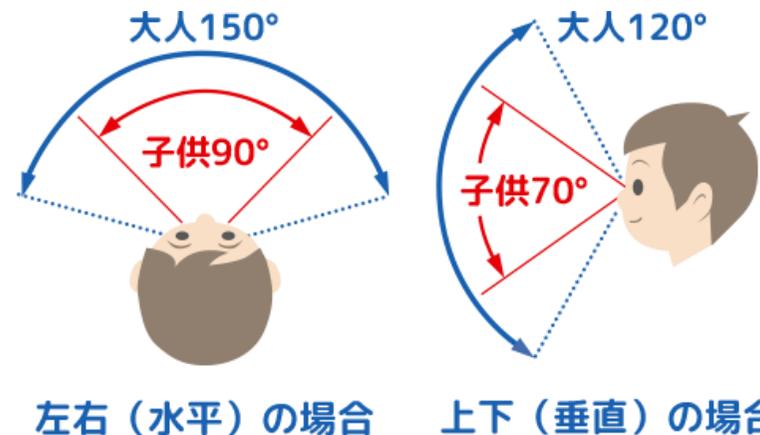


大人が見えていても、子どもには見えていないのです

下のグラフは、湯田小学校の4～7月のケガの状況を表したものです。1年生の‘すりきず’‘打撲(うちみ)’などのケガが、他の学年よりも多いことがわかります。1年生は、転びやすかったり、物にぶつかったりする行動が多くみられますが、その理由の一つとして、子どもの視野の狭さが考えられます。大人と子どもの視野は全く違って、子どもの視野はとても狭いのです。



スウェーデンの児童心理学者ステイナ・サンデルスの実験では、大人の視野は平均で、  
◆左右は150°  
◆上下は120°  
に対して、子ども(6歳児)は、  
◆左右は90°  
◆上下は70°  
ということが検証されています。



しかも、子どもの目の高さは大人にくらべて格段に低く、見える範囲が狭いのです。足元は、見えていそうで見えていないため、ちょっとした段差で転んだり、階段を下りるときに転んだり、家具や建物に体をぶつけたりしやすいのです。それに加えて、子どもには、興味のある物を見つけると、それに集中して視野が狭くなることや、2つのことを同時に行うのはまだ難しいといった特性もあります。大人が簡単にできることでも、子どもにとって、見えない物は気をつけようがありません。具体的に言葉にしたり、子どもが理解できる声かけや、やり方で教えることを心がけましょう。  
そのために、子どもの視野の狭さを体験できるアイテム「チャイルドビジョン(幼児視界体験メガネ)」(東京都版チャイルドビジョンで検索してみてください)を作って、活用してはいかがでしょうか。大人が子どもの視野を体験することで、目を動かすだけでは視野に入らず、思った以上に首や体を動かさないといけないこともわかり、子どもへのより具体的な教え方ができるかもしれません。