



December

家族の「今年の漢字」は何ですか？

ほけんだより



11月の保健室

- びょうき 21人
 - け が 62人
 - 出席停止 15人
- ※インフルエンザ

全市的には大流行のインフルエンザですが、今のところ本校では落ち着いています。

今年度全校の約4分の1の児童がすでにインフルエンザに罹患しています。

冬季に流行するノロウイルスにも注意！！



ノロウイルスには 塩素系漂白剤

- 汚れた衣類: 85°C以上の熱湯で煮沸消毒。
- 嘔吐したところ: マスク、手袋、エプロンをつけてから消毒。消毒液は塩素系漂白剤を500mlペットボトルにペットボトルキャップ2杯入れて水を満たして完成。誤飲防止のためラベルを貼って子どもの手の届かないところにしまうか、使い切るなど細心の注意を。(長期保存はできません。)
- ※ 詳細は札幌市のホームページをご覧ください。



いよいよ学びの公開日Ⅱどうぞお楽しみに！

■ いよいよ明日は学びの公開日Ⅱです。早く感動を届けたいと、今週はわくわくしている子どもたちでした。お互いにアドバイスし合ったり、いいところを認め合ったりと、毎日の積み重ねが子どもたちを一回り大きくしてくれました。学びの公開日への取り組みは、新しいことに挑戦し、すてきな自分を見付けるチャンスもあります。みなさん、頑張ったお子さんにどんな声をかけてあげますか？

■ これからは大雪の登下校に気を遣う季節がやってきます。横断歩道で車を止めると、頭を下げたり手を上げたりして渡る子どもにはほっとします。たとえ信号が青でも、左右の確認と運転手さんの顔を見てから渡ることが大事です。除雪で積み上がった雪山の上を歩いて道路側に落ちて事故に遭うことや、軒下を歩いて落雪事故に遭うこともあります。交通安全指導は学校でも毎年行っていますが、その子にあった言葉で、もう一度おうちの人から聞くことはとても大事なことだと思います。歩道に雪が積もって歩きづらいことがあります、車道を歩く子どもも気になります。命を守るためにの行動を、折に触れお話をいただけたらと思います。



臨時小児(6~15歳)

ドライブスルー 発熱外来

《診療日》12/7(日)~3/31(火)
の期間中の日祝および年末年始
(12/29~1/3)

《診療時間》午前9:00~11:30
午後0:30~2:00

《診療場所》札幌市中央区

※予約者のみ詳細を案内

※新型コロナとインフルエンザ
の抗原検査

《予約》

札幌市のホームページ[臨時小児ドライブスルー発熱外来]から
予約をしてください。



不登校の心配のある

児童生徒の

保護者交流会

《日時》2026年2月4日(水)
13:30~15:45

《会場》ちえりあ
札幌市生涯学習総合センター
西区宮の沢1条1丁目1-10

《講師》

札幌市若者支援総合センター
保護者相談担当者 山名 徹 氏

《申し込み》※定員100名

TEL.011-671-3210

月~金9:00~17:00

申し込み期間12/1~1/23



ーお子さんとご一緒にー

アルコールの害について考えましょう

子どもたちにとって楽しいことがたくさんある冬休み。家族や親戚が集まって、ご馳走を食べることも楽しいひととき。孫に清涼飲料と間違えてアルコール飲料を飲ませたり、親の飲み残しを子どもが飲んでしまったりして(急性アルコール中毒)病院に運ばれるという事故も起きています。

子どもがアルコールを飲むと、どうなるのでしょうか…。

脳細胞が破壊される！

脳が成熟していく時期に飲酒すると、脳細胞を破壊されることになります。そのため、集中力や記憶力が低下します。



●人間の脳が成熟するのは20歳ごろ。子どもの飲酒は、特に人間らしさをつかさどる脳の前頭葉に影響するので、他人への配慮ができなくなる可能性もあるのです。

二次性徴に影響がある！

男子では、性機能が発達しない恐れがあります。女子では、生理不順や無月経になる恐れがあります。



●子どもは脳が未発達で肝臓や腎臓の機能も十分でないために、大人よりずっと低い濃度でも急性アルコール中毒になり、さまざまな弊害が起こります。

アルコール依存症になりやすい！

心と体が未発達なため、適度な飲酒をすることができません。そのうち、飲まないと落ち着かなくなるアルコール依存症になってしまいます。



骨の成長に影響がある！

お酒は骨の成長をばばむといわれています。



急性アルコール中毒になる恐れがある！

アルコールを分解する仕組みが不十分なため、命を落とすこともある「急性アルコール中毒」になる可能性があります。



●子どもやお酒に弱い人は、洋酒が使われているお菓子を食べるだけで、中毒症状を起こす危険性があります。

子育ての
つぶやき

皆さん、誰かに言われて嬉しかったり、元気が出たりした『言葉』を心にしまっていませんか？それはときどき「もう一人の自分の声」となって自分を励ましてくれるはずです。子どもたちにとって「もう一人の自分の声」は、おうちの人に言われた言葉や学校で先生や友だちに言われた言葉でしょう。子どもたちにとって、短く分かりやすい言葉が心に響くようです。「すごいね」「えらいね」「今までで一番いいね」「そこが、あなたのいいところだよ」…と認める。「一緒にいると楽しいわ」「○○先生が褒めていたよ」…と勇気づける。「ちょっと心配」「見守っているよ」「泣いたっていいんだよ」「私に手伝えることはある？」…と寄り添う。「一緒に考えよう」「ときには人を頼っていいんだよ」「力になりたいな」…と支える。「よく気がつくね」「とっても助かったよ」「あなたのおかげ」「ありがとう」…と感謝を伝える。「あなたのそういうところが好き」「すごくうれしい！」「頼りになるね」「思いやりがいっぱいだね」…と感動を伝える。何気ない小さなことや、あたり前のことを喜んで感謝する気持ちを伝えると、相手ばかりか自分も心が温かくなるものです。わが子がまっすぐ育つようにと叱ることも多いと思いますが、それも大切。褒めてばかりはいられませんもの。でも、叱られたことも含めてわが子を思って伝えた『言葉』は、子どもの心にたまっていくでしょう。(以前、掲載したコラムです)

—今年もお世話になりました。みなさんが、健康で明るい新年を迎えられますように！！—