

令和8年3月9日  
調布市立滝坂小学校  
校長 小林美也子  
養護教諭 玉置真美

1年間の締めくくりの時期を迎えました。6年生にとっては、小学校生活の終わりが刻一刻と近付いています。卒業式の日には、6年間で振り返り笑顔で滝坂小学校を巣立ってほしいです。

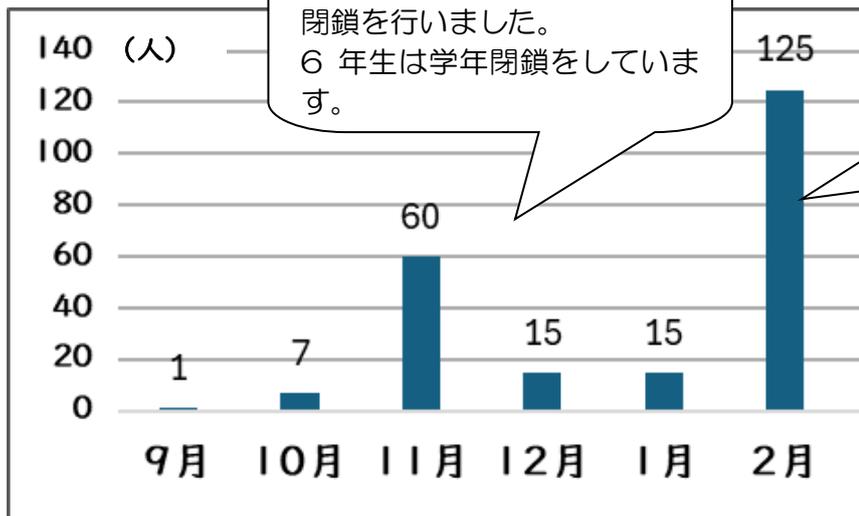
2月はインフルエンザが大流行し、多くのクラスが閉鎖を行いました。その間ご家庭での見守り等、保護者の皆様にはご理解と協力をいただきありがとうございました。

今後も力を合わせて、子供たちが健康・安心・安全に学校生活を送ることができるようご協力をよろしくお願いたします。



## 令和7年度インフルエンザ罹患者数 (3月6日現在 (登校許可証しらべ))

2学期～3学期



11月～12月には、6学級が閉鎖を行いました。6年生は学年閉鎖をしています。

2月には12学級が閉鎖を行いました。インフルエンザに罹患した人のほとんどがB型の報告です。胃腸炎での欠席も多くありました。

4年3組は年間で3回閉鎖、5年1組は閉鎖明けに再閉鎖(学年)をしました。2月の保健室は早退者も多く怒涛の一か月でした・・・

### ～～重大事故を防ぐために～～

1件の大きな事故の背景には、29件の軽傷な事故があり、さらにその背景には300件のヒヤリ・ハット(「ヒヤリ」としたり「ハッ」とした経験)が存在していると言われています。

学校生活の中でも、子供たちや教員がヒヤリ・ハットの経験をすることが多くあるため、事故を防ぐために子供たちへの生活指導や定期的な校内の安全点検を行っています。

もし起きてしまった場合には「何が原因だったのか」「どうしたらよかったのか」など、これからの対策を考えて行動し、危機管理を高めることができるよう、声掛けや指導を継続していきます。

ハインリッヒの法則



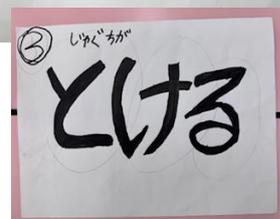
# ～～～保健委員会活 2月動画発表～～～

今回は「水道の蛇口」「早ね早起き朝ごはん」「理想の朝ごはん」の3グループに分かれて3本立てのクイズ形式で動画発表を行いました！

## 蛇口グループ

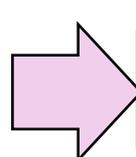
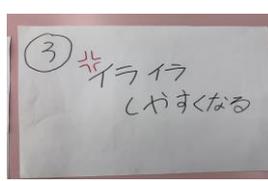
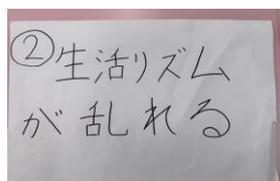
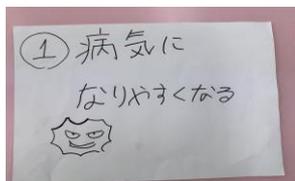
実際に水道で蛇口を使用しながらわかりやすく説明しました。蛇口を上にしたままだと蛇口の周りに細菌やカビが増えるので、次に水を飲む人のことを考えて蛇口は必ず下に向けてほしい!ということ伝えました。

第1問「蛇口を上にしたままだとどうなるでしょう？」というクイズでは「 Pastaみたいに蛇口がでろんでろんにとけてしまう!？」という個性的で面白い選択肢もありました。



## 早ね早起きグループ

第2問「早ね早起きをしないと、どうなるでしょう？」

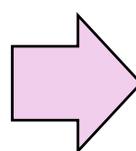
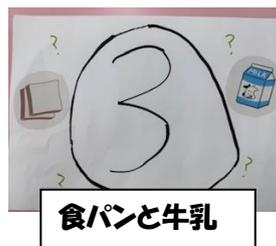


**ぜんぶ正解!**

早ね早起きグループは、実際に保健室のベッドで「良い例」と「悪い例」を動画で再現しました。夜遅くまで起きていると、目覚めも悪くストレスがたまったり、病気になりやすくなります。早ね早起きを続けることで心の状態も良くなり、ストレスの解消や疲れにくくなることを伝えました。

## 朝ごはんグループ

第3問「理想の朝ごはんはどれでしょう？」



**正解は②!**



理想の朝ごはんグループは、ホワイトボードを使ってわかりやすく説明しました。

「エネルギー源になる主食」「体をつくる主菜」「体の調子を整える副菜」「ビタミンが豊富なフルーツ」などをバランスよく組み合わせることが大切であり、朝ごはんをしっかり食べることで眠っていた脳が目覚まし、一日の始まりを元気にスタートさせることができます。



③の食パンと牛乳を選んだ人の場合、タンパク質とビタミンが不足しているので、左の写真のように卵やフルーツを追加するとよいことも伝えました。チョコレートは、甘いもので頭がさえそうに思えますが、栄養が足りていませんよね。難しい説明でしたが、しっかりと伝えることができ素晴らしいかったです！

# 6年生 おくすり教室

2月19日（木）学校薬剤師の小幡先生より、6年生を対象に体育館で「おくすり教室」（※昨年までは薬物乱用防止教室）を実施しました。

おくすり教室では、「医薬品の正しい使い方」や「薬物乱用の危険性」などの基本的知識、先生たちとのロールプレイを通して「薬物を誘われたときの断り方」と「思いやりをもった言葉かけ＝ゲートキーパーの重要性」などを学びました。

## 子どもたちの感想を紹介します ※一部抜粋

カフェインやタバコなど、身近なものであっても量を誤れば危険な薬物になりうるということがすごくこわかったです。そういう知識を身に付けておいて、いざというときに一歩踏みとどまって、冷静に判断できるようにしたいです。



僕はこのおくすり教室でくすりだけでなく他の人との関わりや、人として大切なことを学ぶことができました。自分も将来ゲートキーパーとして友達の力になりたいです。



これからは「十分なすいみん」「十分な栄養」「適度な運動」の健康の三原則をしっかり意識していきたいし、飲み薬を正しくのむようにしたいです。

中高生で手に入れられるくらい身近になっていることに驚き、気を付けなければいけないと思いました。

「クスリはリスクだ」ということを念頭に置き、海外旅行に行ったときなどに注意したいです。

私はタバコを吸っている人だけが危険だと思っていたけれど、タバコから出ている煙を吸ってしまったら危険だということを初めて知りました。これからはなるべく近くに行かないよう気を付けたい。

今回のロールプレイでしっかり相手と向き合い、できるだけ相手をやさしく思いやり、よりそうことができると気づき、だれが相手であろうと止めてあげようと思った。さそわれた時も同じで、ぜったいにことわろうと思った。



今までの「薬物はダメ！絶対！」の考え方から、困っている人を医療に繋げる「ゲートキーパー」の役割がとても重要だと小幡先生は話します。薬物乱用防止教室から、おくすり教室に名前を変更した経緯でもあります。若者のオーバードーズでの自殺が問題になっている中、今回学んだことを忘れずに、みなさんには思いやりと知性をもった大人になってほしいです。