

GRASS ROOTSの冒険者たち

～ 深めよう! たどり着きたい未来に向かって ～

その14 (R04.06.01)

～生涯にわたって健康的な生活を送るために必要な力の育成～

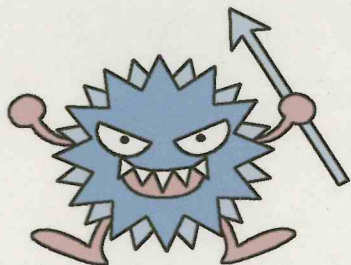
令和4年度の教育構想において、最重要項目のひとつとして、「生涯にわたって健康的な生活を送るために必要な力の育成」があります。

「一番大切なものは何ですか。」と問いかけますと、多くの児童が「命です。」と答えます。命が大切であることは伝えなくてもわかります。

しかし、目、耳、鼻や口などの病気が見つかったりも、後回しにしてしまうことがあります。健康的な生活を送るためには、早めの対応が望まれます。

学校では、年度の初めに、様々な検診を受けます。内科検診、耳鼻科検診、眼科検診、歯科検診などなど。検診を受けた結果は、児童を通じて保護者に配付されます。「医者への受診」を勧められた場合には、早めに対応していただければと思います。

お忙しい中とは思いますが、よろしく願いいたします。



～健康なからだづくり～

全校朝礼では、健康なからだづくりのお話をしました。

みなさん、おはようございます。避難訓練の時、「0」と「1」と「？」のお話をしました。もう一度、確認しましょう。

「0」は、火事が起きる前に、準備することです。

「1」は、火事が起きた時に、行動することです。

「？」は、予想していなかったことが起きた時に、自分で考えて行動することです。

このことを、自分のからだに置き換えて、0と1を考えてみます。

「0」は、病気になる前に、準備することです。予防と言います。
「1」は、病気になったとき、行動することです。

「検診」のには、どんな言葉が入るでしょうか。

そうですね。内科検診、眼科検診、耳鼻科検診、歯科検診などが考えられます。今年度になって、みなさんも受けていますね。

検診の結果を伝えます。「お医者さんで診てもらいましょう。」という紙を渡された人は、耳鼻科7人、眼科83人、歯科110人です。

今日は、歯のことを中心に考えましょう

まずは、「0」の段階です。歯が病気にならないために、どのようなことができますか。

歯が病気にならないためには、次のことが大切です。

- 歯磨きをしっかりする。
- 栄養のバランスを考えた食事をする。
- おやつなどで甘いお菓子やジュースをだらだらとらないようにする。

次は、「1」の段階です。歯が病気になったときに、どのようにすればよいでしょうか。

歯医者さんに行くことが大切です。残念ながら、そのままにしておいても、歯は治りません。今、痛みがない人もなるべく早く歯医者さんに行ってください。そのままにしておきますと、恐ろしいことが待っています。

今、痛みがなくても、時間が経つと痛みが変わっていきます。時間が遅くなれば遅くなるほど、治療はたいへんになります。そして、治療ができなくなることもあります。

時間が経ちますと、身体中に細菌がまわってしまうそうです。例えば、鼻の病気になったり、あごの骨が腐ったりするそうです。怖いですね。

耳も鼻も目も、その他の病気も、同じです。「お医者さんで診てもらいましょう。」の紙をもらったり、自分の身体で何か心配なことがあったりしたら、すぐに大人に相談しましょう。

自分の夢の実現のためにも、健康なからだづくりはとても大切です。健康な身体をつくって、自分のたどり着きたい未来に向かって、頑張ってください。