



ほけんだより

令和6年11月1日

白糸小保健室

No.6

☆お家の方と一緒に読みましょう。



本日、体重測定を実施しました。ミニ保健指導では、NPO法人日本トイレ研究所発行の冊子「トイレの教科書」を活用して排便指導を行いました。この冊子には、トイレの仕組みや、「うんちはどうやってできる?」「災害のとき、トイレはどうなる?」といったことなどが、イラスト付きで分かりやすく解説されています。1人1冊持ち帰りましたので、ぜひ御家庭でお子さんと一緒に

にご覧ください。トイレやうんちの話は、家族間でなかなか話題にしにくいですが、生きるために欠かせない排泄やトイレについて、親子で話し合ったり、考えたりするきっかけにしていただけたら幸いです。

【うんちチェックシート（カラー用紙）】

11月1日～11月7日まで、うんちチェックシートを実施します。風の子マラソンの健康チェックカードと合わせてホッチキス止めをしてあります。保健指導の際にこどもたちには説明をしてありますので、2枚のカードを合わせて毎日提出してください。カードは11月8日に学校で取り外して回収します。裏面の標語募集は自由参加です。



保健室前の掲示物

保健室前には「うんち うらない」を掲示しています。うんちは、食べたものや体の調子によって、色や形やにおいが変わります。流す前に確認してみると、生活を振り返るきっかけになったり、体調の変化に気が付いたりします。すぐに流してしまってはもったいないですよ！うんちの見分け方は、「トイレの教科書」（冊子）や、保健室前の掲示物で確認してくださいね。



【風の子マラソン 健康チェックカード（ピンク色）】

いよいよ風の子マラソンの練習が始まります。11月5日（火）から風の子マラソン当日までは、毎日健康チェックカード提出していただきますので、御協力をお願いします。試走と大会の前日には、参加確認票を配布しますので、そちらの提出もお願いします。