

# ほけんだより 1月

令和6年度朝霞第七小学校保健室

## 笑門には福来る



3学期が始まり、2週間が経ちました。先週実施した身体計測では、2～5年生に体内で働いている免疫細胞の話をしました。(1・6年生には別内容で保健指導しました。)冬休みに「はたらく細胞」が映画化した影響もあり、子どもたちの知識量にびっくり。体に関心を持ってくれてとてもうれしく思いました。最後に「笑門来福」の言葉で締めくくりました。「笑う」ことはリラックス効果があるだけでなく、NK細胞を活性化します。今年も「笑い」の多い一年になりますように…

## 病原体がカラダに侵入する主な感染経路

### 飛沫感染



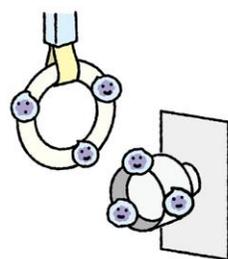
咳やくしゃみ、会話などで出た病原体を吸い込むことで感染。

### 空気感染(飛沫核感染)



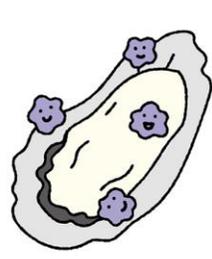
飛沫が乾燥して空気中に漂った病原体を吸い込むことで感染。

### 接触感染



病原体がついた場所を触り、手を介して口や鼻などから感染。

### 経口感染



病原体がついた飲食物を加熱などせずに口にするなどで感染。

どんな予防対策ができるか考えてみましょう

## 1・2月に性教育を実施します!

七小では、1月後半から2月前半までの1か月を「性教育月間」として全学年で性教育に取り組みます。子どもたちが「自分や相手の心や体を大切にできる態度」を身につけることを目的として、文部科学省の「生命(いのち)の安全教育」を踏まえて実施する予定です。ご家庭においてもご理解とご協力をお願いいたします。

「生命(いのち)の安全教育」の各発達段階の教材・指導の手引きはこちらのQRコードより閲覧可能です。



学 年	指導内容(予定)
1年	からだのちがいがい・じぶんだけのたいせつなところ
2年	おへそのひみつ
3年	ぼく・わたしの誕生 じぶんもほかの人も大切
4年	育ちゆく体とわたし
5年	情報と私たち・SNSを使う時に気をつけること
6年	エイズ・SNSを使う時に気をつけること
たんぼぼ	大切なわたし・いやなきもち

## 6年生保護者の方へ～二種混合【第2期】はお済みですか?

小学校6年生の方には、令和6年4月に『二種混合(ジフテリア・破傷風)』の予防接種の案内が送られていると思います。この予防接種は、通常、乳幼児期に接種した『三種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風)』の追加接種となります。免疫を維持するためには、この追加接種が大切になります。予防接種は市内各医療機関で実施しています。

**13歳の誕生日の前日までが無料で受けられる期間**となっていますので、まだ接種が済んでない方は早めに接種してください。



《問い合わせ先》

朝霞市健康づくり課予防係(保健センター内)

Tel 048-465-8611