



子育てコラム

子供たちの健やかな成長をねがって 小学校の保健室から

山武市立松尾小学校 養護教諭 小川 和子

保健室には毎日多くの児童が訪れます。以前「一日に何人くらいの児童が保健室を来室するか」という調査があった時にカウントしてみたら、一日におよそ六十人の児童の来室があることがわかりました。「えっ、そんなに」と思われる方もいると思います

が、けがや体調不良のときだけでなく、児童は様々な理由で保健室を利用しています。健康観察表を届けに来る子や保健委員会の仕事をするために来る子。掃除に来てくれる子など、自分の決められた仕事をするために来る子もいれば、様々な理由で教室に入れないため保健室登校をする子や休み時間になんとなく来る子、なぜかトイレ掃除の前後に寄る子、指先の小さなさ

くれが気になってくる子、転んで汚れた手足を洗いに来る子、体操服や紅白帽子を忘れて借りに来る子。「箸を貸してください」と来る子もいるくらい、児童にとって保健室は、困った時や息抜きしたい時の場なのだと思います。

そんな子供たちに養護教諭として願っていることは、
一・自分の○○○○のことをよく知ってほしい。

自分の体は死ぬまで自分から離れないたったひとつの持ち物です。だからこそ自分の体のことをよく知って、大切にしてほしいと願っています。保健室では、自分の体温を正確に測ることができるように子供たちに話しながら、

体温測定をしています。正しく計測すると、子供の体温は、結構高めの子は三十七度前後の子が多いのです。人間の体は三十七度位あるとき一番調子がよく、生活習慣の乱れ、例えば、「運動不足・甘い物の摂り過ぎ・体を冷やす」などで低体温になりやすいと言われるています。三十五度台の低体温の人は免疫力が低下し、その結果、病気にかかりやすくなり、治りにくい体になってしまいます。子供は「よく動いて、きちんとご飯を食べ、しっかりと休む。」これが基本です。病気にかかりにくい健康な体を維持するためには、やはり生活習慣が大切です。

（一〇〇〇〇にはいる言葉は「からだ」です。）

二・くじけずに進んでいくタフな○○○を持ってほしい。

最近、「現代型うつ病」が話題になっていきます。現代型うつになる人の多くは、幼い頃から大事に育てられ、怒られた経験がなく傷つきやすいため、本人の意識の中に被害者意識があり、他人のせいにしてしまう傾向があるそうです。

悪いことをしたらそのことをしっかりと認識させ、大人が子供に失敗させまいと先回りして手伝ってあげてしまうのではなく、子供にやらせてどんどん失敗を経験させ、それが失敗だったと認識させることができれば、次の成長に繋がります。「かわいい子には旅をさせろ」「失敗は成功の

もと」とはよく言われることで、試験を乗り越え、くじけない心を持った大人に成長してほしいと願っています。（二〇〇〇〇にはいる言葉は「タフ」です。）

今日も失敗して困って保健室に来る子がいます。そんな子供たちに寄り添って、その子が居るべき場所へ、進むべき場所へ戻っていただける手助けを、これからも保健室でしていきたいと思っています。子供たちの健やかな成長を願って…

子育て相談受付中

子育てで悩んだ時、困った時、不安になった時など子育てに関する事ならどんなことでも気軽にご相談ください。

相談電話 ☎(80)1456

受付時間

月・水・木・金曜日

午前9時～午後4時半

（水曜の午後・祝祭日を除く）

教育委員会生涯学習課