

関連学習や振り返り学習,教育の情報化に対応

学習内容とかかわりの深い内容を
本文や脚注に豊富に掲載。

保健の広場

病気から体を守るはたらき

なみだ
目の中に入ったほこりなどをあらう。

鼻毛
ちりやほこりをひっかけて、体のおくまで行かないようにする。

ひふ
からだ全体をおおって、病原体が体の中に入るを防ぐ。

腸
腸の中にすみついている乳酸菌などが、体の中に入ってきたよくない病原体が増えるのを防ぐ。

だ液
病原体のはたらき

のど
のどのねん液が病原体をつかまえ、細かな毛の動きで体の外に出す。

血液
血液中の白血球が、体の中に入ってきた病原体を殺す。

そのほかのはたらき
発熱
体温を上げることで白血球のはたらきが活発になり、病原体を殺しやすくなる。
おう吐, げり
体内で増えた病原体を体の外に出す。

病気から体を守るには、「病気なんかには負けない」という気持ちも大切です。

保健の広場

なやみの相談先

不安やなやみを解決しようと努力することは大切なことですが、担任の先生、なやみ相談の専門家のスクールカウンセラーや保健室の先生、また、つぎのようなところに相談することもできます。ひみつを守って、やさしく話をきいてくれます。

- チャイルドライン.....☎0120-99-7777
※18才までの子どもがかけられる電話です。
(月～土曜日午後4時～午後9時受付, 通話料無料)
- 24時間いじめ相談ダイヤル.....☎0570-0-78310
(無休, 24時間受付)
- 日本のいのちの電話連盟.....🌐http://www.find-j.jp/
(「全国のいのちの電話」では、各地の電話番号や受付時間が調べられます)

↑ 5年 p11 [不安やなやみ]

3・4年の **ほけんのひろば**

3年 p15 [学校内のけんこうさがし]
4年 p29 [早ね・早おき・朝ごはん]

きめ細やかな
指導と児童の学習意欲を
高める工夫が満載!

↑ 6年 p33 [病気の起こり方]

- 💡 手あらいは、手のひらだけでなく、手の甲、ゆびの間やゆび先、手首もしっかりと石けんであらいましょう。あらったあとは、せいけつなハンカチやタオルで手をふくことも大切です。 **3年 p11**
- 💡 転んだりぶつかったりして、歯がぬけたり折れたりしたときは、その歯をさがして、保健室の先生やおうちの人などに持っていき、できるだけ早く歯科を受診しましょう。 **5年 p25**

- 他教科・他領域との関連学習ができる。
- 📎 6年の家庭科で、衣服の手入れについて学習します。 **3年 p12**
 - 📎 5年の理科で、人は母親の体内で育ち、生まれることを学習します。 **4年 p23**

- 系統性に配慮した学習ができる。
- 🏃 5年「心の健康」で、心は年れいととも発達することを学習します。 **4年 p24**
 - 🏃 外で遊ぶときには、けがをしたり、事故にあつたりしないように安全に注意して遊びましょう。5年「けがの防止」では、けがや事故を防ぐにはどうすればいいかを学習します。 **4年 p27**

- 振り返り学習ができる。
- 🔄 4年「異性への気持ちの変化」(24ページ)で、思春期には心にも変化があらわれることについて学習しました。 **5年 p2**
 - 🔄 5年「心の健康」で、ストレスについて学習しました(11ページ)。適度なストレスは心の発達のために大切ですが、過度なストレスは病気の原因になるので注意しましょう。 **6年 p31**

- ホームページアドレスを掲載。ICT機器を利用した学習ができる。
- 💻 農林水産省 <http://www.maff.go.jp/>
「めざましごはんとは？」では、朝ごはんの大切さについて、くわしくしらべることができます。 **3年 p9**
 - 💻 公益財団法人 日本学校保健会 学校保健ポータルサイト <http://www.gakkohoken.jp/>
「ウェルカム! ヘルシーアイランド」では、けんこうについて楽しく学習できます。 **4年 p29**