

# ほけんたより



令和8年1月22日  
十日町市立田沢小学校  
保健室

## 発育測定を行いました

本日「健康の記録」を配付しました。1月に行った発育測定の結果が記載しております。お子さんと一緒にご覧になり、確認欄にサイン又は押印をして、**1月27日(火)**までに担任にご提出ください。

## 薬物乱用防止教室を実施しました

1月5日(金)に、学校薬剤師の吉川和宏先生にお越しいただき、6年生を対象とした薬物乱用防止教室を実施しました。薬とは何か、薬の正しい使用方法といった基本的なお話をから、エナジードリンクなど身近にある薬物の危険についても触れていただき、大人でもとても勉強になる講話でした。



### 【感想】

- ・薬の怖さが分かった。
- ・薬をお茶と飲むのがダメなのを初めて知りました。
- ・コーラにもカフェインが入っていることが分かりました。
- ・薬はルールを守って使いたい。
- ・薬は使い方には注意しないと危ないと分かりました。カフェインもとりすぎてしまうと依存してしまうから、気を付けていきたいです。自分の体のことも分かって薬を使いたいなと思いました。

## 今月の保健掲示板

1月の保健掲示物は「健康おみくじ」です。毎日、「今日の運勢は何だろう?」とおみくじを引いてくれる子どもが多く、作ってよかったですうれしい気持ちになります😊

