

ほけんだよい

令和6年2月13日
横浜市立緑小学校
校長 寺澤みゆき
養護教諭 野々垣さつき
養護教諭 田中麻由子

旧暦では2月を「如月」と呼びます。語源には、寒さで着物を重ねる「気更来」などがあります。厳しい寒さの中、春の気配もかすかに感じられるようになってきました。4月からの新生活に向けて、心と体のウォーミングアップを始めておきましょう。

～第2回学校保健委員会のご報告～

緑小学校では、全校のみんなが健康・安全に対する意識を高め、健康課題の解決に向けて実践していけるよう全校参加型の学校保健委員会を行っています。2月2日(金)に第2回目「学校のどこまでもびっかびかクリーングリーン大作戦パート②」が行われました。

第1回目は、各クラスの課題に向けて解決方法を話し合い、毎日のおそうじ活動を実践してきました。今回はまず始めに、7週にわたって行ってきたクリーン週間の振り返りを行いました。どのクラスも積極的に意見を出していました。



次に、いつでも・どこでも・だれがやっても同じようにきれいになるように、健康委員会の児童のみなさんが「おそうじのスタンダード」を作ってくれたので紹介しました。また、おそうじの流れの動画も確認しました。

クリーングリーン大作戦パート②が始まります！

毎日、そうじの後に以下の7つの項目にそって、振り返りをしてもらいます。

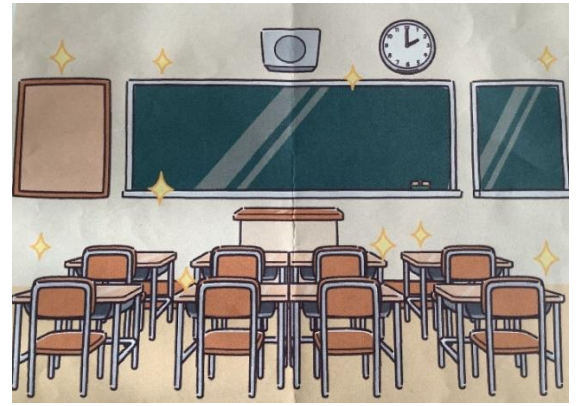
- ① そうじ場所にごみが落ちていないか
- ② 正しい手順でそうじができたか
- ③ そうじロッカーの中は、きれいに整理されているか
- ④ ほうきにごみがついていないか
- ⑤ 壊れたほうきやちりとりはないか
- ⑥ もくもくそうじができたか
- ⑦ そうじの後に、石けんで丁寧に手を洗ったか

健康委員会のメンバーが週に1回
中休み・昼休みを使って
各クラスのチェック状況を
確認に行きます。

★下のイラストを見てください↓



汚れた教室



ピカピカな教室

各クラスのそうじ状況を見ながら、学校全体でチェックに〇が多ければ、1週間に1枚ずつ汚れたイラストをはがしていきます。全部はがれるとぴかぴかな教室になります。このイラストは保健室前に掲示してあります。6年生が卒業する頃には、ぴかぴかな教室になるよう一生懸命にそうじに取り組みましょう。

先生方にクラスのおそうじ自慢のアンケートを取りました！

～みんな色々な工夫をして、そうじ場所をきれいにしていることが分かりました～

- 教室の隅っこや物をどかして、普段そうじができない場所までそうじをしています。
- そうきを二つのチームに分けています。床を拭く・上そうきん黒板の溝や窓など、きれいなそうきんで拭きます。
- ほごりのたまりやすい、テレビの周りやロッカーの上などを、毎日しっかり水拭きしています。
- 集中して、おしゃべりなしでがんばっています。
- タイルのマスを意識して、ほうきもそうきんもすることにより、ごみを逃さないようにしています。
- 机運びのスピードが速いです。みんなで声をかけ合って取り組んでいます。
- 先生が給食室に片付けに行っている時もそうじをスタートできています。
- ちりとりでレールやテレビの下までごみを集めています。
- 床をていねいにそうじしている。こびりついた汚れは、ゴシゴシそうきんで拭く。
- えんぴつの芯の汚れは、気がついた時に消しゴムで消しています。
- 机を運ぶときにペアで協力したり、声をかけ合ったりしている。
- 毎日、ほうきの毛がきをしている。黒板のレールも水拭きして、チョークの粉をきれいにしている。
- ドアレール・机の上、それぞれを小さいほうきで掃いたり、水拭きをしたりする児童を決めている。
- ドアレールはそうきんで拭いてきれいにしています。



●ドアレールは、^{ほそ}細いへら^{つか}を使ってこすり、^{まご}汚れを落^おとしています。

^と取れた^{まご}汚れは、^とそうじ機^すで吸^とい取りきれいにしてくれています。

●^{まいにち}毎日、^{ふりかえ}そうじの振り返^{かえ}りをしています。

ポイントは、^{つくえ}机^ひイスを引^ひきずらな^{はら}いで運^{はら}べたか。

^{すす}ほうきがはいて進^{すす}み、^{うしろ}後ろに^{ひと}ぞうきんがけ^{つづ}の人が続^{つづ}いていたか。

◎^{つか}がつかないときは、^{くたいてき}具体的に^{かいげん}改善^{つた}ポイントを伝^{つた}えています。

●^{やくわりぶんたん}役割分^{たん}担^{たん}をして、^{たんじかん}短時間^{かん}で^おそうじを終^おえられるようにしている。

^{たと}例えば、^{きゅうしよくとうばん}給食^{へんきやく}当番^{かえ}は返^{かえ}却^{おそ}のため帰^{かえ}りが遅^{おそ}くなるので、^{かかり}ほうき係^{かかり}には
^{あと}しない(後^{あと}からできる^{かかり}ぞうきん係^{かかり}にするなど)

●ドアレールはブラシでこする。

^{まわ}モコモコでロッカー、^{ほんだなとう}テレビ周^とり、本^と棚^と等のホコリを取^とる。

●ロッカーや棚の上などを、ホコリがたまりやすそうな所もきれいにしています。

●^{ふだん}普段^おから落^おちている^{ごみ}ごみを拾^{ひろ}って捨^すててくれる^{しどう}児童^がいます。そうじ後に^き気^かになる^{かしょ}箇所^を「^お追^おいそうじ」
してくれま^す。黒^{くろ}板^{ばん}は黒^{くろ}板^{ばん}消^けしの後^{あと}に^ふ布^ふ巾^{きん}で拭^ふいてきれいにしています。

●窓^{まど}ガラスは一度、濡^ぬれた^{ぞうきん}ぞうきんで拭^ぬいてから、乾^{かわ}いた^{ぞうきん}ぞうきんで二^に度^ど拭^ふきをしています。

黒^{くろ}板^{ばん}は乾^{かわ}いた^{ぞうきん}ぞうきんで、何^{なん}回^{かい}も拭^ふくときれいになるのでやってみてください。

●^{ゆか}床^を拭^ふく時^{とき}は、びしょびしょにならないようにしっかりと^{しぼ}ぞうきを絞^{しぼ}ろうと^{こども}子供^{どうし}たち同^{どうし}士^{こえ}で声^{こえ}を
かけ合^あっています。

●^{かい}3階^{こう}で校^{こう}外^{がい}学^{がく}習^{しゅう}の学^{がく}年^{ねん}がある日^ひは、その学^{がく}年^{ねん}の教^{がく}室^{ねん}前^{まへ}の^{きょう}ろう^{すず}下^ずも進^{すす}んでそうじしていました。

●^{だい}テレビ台^{たい}に^{こな}チョーク^{こな}の粉^{こな}がかぶるので拭^ふいています。



寺澤校長先生からは…

「おそうじをして教室や部屋の物が片付いていると、
色々なことに①集中できる ②心が落ち着く ③健康になるなど
たくさんの良いことがあります。

これからも全校のみなさんと、もくもくそうじにしっかり取り組んで、
学校をぴかぴかにしましょう」というお話をいただきました。

もくもくそうじに^と組み^くみます！

もくもくそうじとは、おしゃべりをしないでそうじをすることです。

つぎの4つのキーワードを大切に^{たいせつ}組み^くみます。



もくもく は掃くこと^は拭くこと^ふ、机^{つくえ}を運^{はこ}んだり、ごみをまとめること^{まとめる}に心^{こころ}を集中^{しゅうちゅう}することです。体^{からだ}を動かし集^{あつ}中^{ちゅう}してそうじをすること^{する}で集^{しゅう}中^{ちゅう}力が^{りょく}つきます。

すみずみ 心^{こころ}をこめて丁寧^{ていねい}にやる。四角^{しかく}い所^{ところ}を丸^{まる}くはいてしまうのは、心^{こころ}がこもっていないし、ていねいではない、ろう下^かやドアレール、手洗^{てあら}い場の隅^{すみ}っこ、窓際^{まどぎわ}、水道^{すいどう}の蛇口^{じゃくちまわ}周りなど、細^{こま}かい所^{ところ}まで気が^きついて汚^{よご}れを取り除^とくことができると集^{しゅう}中^{ちゅう}力^{りょく}やきめ細^{こま}やかさ、ていねいさも身^みにつきます。

ぴかぴか 心^{こころ}を磨^{みが}くということ。床^{ゆか}や窓^{まど}ガラス、階^{かい}段^{だん}などをぴかぴかにすることは、心^{こころ}をぴかぴかにしていることと同じです。

時間いっぱい 自分^{じぶん}の分^{ぶん}担^{たん}が終^おわったら「どこかまだ汚^{よご}れていないかな」「もっときれいにするには、もう一度^{いちど}拭^ふいたほうがいいかな」などと、やることを自分^{じぶん}で考^{かんが}えて、15分^{ふん}間^{かん}そうじできることです。「あそこまだ終^おわってないから、手^て伝^{つた}おう」など、友^{とも}達^{だち}に対して心^{こころ}配^{ぱい}りができるようになります。

そうじの後^{あと}には丁寧^{ていねい}な手洗^{てあら}いを行^{おこな}うことも大切^{たいせつ}です！

「あわあわてあらいのうた」を歌^{うた}いながら、手^ての洗^{あら}い方^{かた}についても確^{かく}認^{にん}しました。



- ① お願^{ねが}いのポーズ(手^てのひら)
- ② カメのポーズ(手^てのこう)
- ③ お山^{やま}のポーズ(指^{ゆび}と指^{ゆび}の間^{あいだ})
- ④ おおかみのポーズ(爪^{つめ}の間^{あいだ})
- ⑤ バイクのポーズ(親^{おや}指^{ゆび}の付^つけ根^ね)
- ⑥ つかまえたのポーズ(手^てくび)

これから^{かっこう}も学校^{がっこう}がぴかぴかになるよう

おそうじを頑^{がん}張^ぱいましょう！