

# ほけんだより

2022年1月号，西が岡小学校

## こんげつ もくひょう せいかつ 今月のほけん目標 「かぜにかからない生活をしよう」

コロナウイルス感染症も、人によって症状がちがうのは体質や健康状態にちがいがあるからです。

もしかかって、風邪のように軽くすんだらうれしいですね。  
ふだんから健康・体力づくりを心がけましょう。

うしろはおうちの方への  
お知らせです。  
読んでもらってね♪



### ① たっぷり寝る

朝「まだねむい〜」と言っている人はもっと早くねましよう。



### ② 朝ごはんを食べる

体があたたまり、ウイルスと戦う力が強くなります。



### ③ 体をうごかす

体育や外あそび、お手伝いなどで体をうごかして♪



6年生が書いてくれました！！  
ほけんしつの廊下に飾っています！！



### ★ 身体計測クイズ ★

9月から今回まで、みんなの身長は何センチくらい  
のびたでしょうか？（学校全体の平均です）

だいたい  センチ cm

ヒント：いちばんのびていた人は5センチです！！  
こたえは、ほけんしつの廊下にあります♪



～ ほけん室へようこそ～

赤ちゃんがうまれました！！

だれにでしょう…？ 5年生の担任の鈴木侑子先生です。きのした先生はまだ会っていませんが、元気いっぱいの女の子だそうですよ（\*^^\*）♪

さて、西が岡小のだれもが、7～12年前はうまれたたの赤ちゃんでした。みんなの誕生を、ご両親が、ご家族が、親戚のみなさんが、ごきんじょの人が、たまたま道で出会ったらない人が、笑顔になって喜んでいました。赤ちゃんはしあわせと笑顔を運んできます。

7～12年前のあなたもそうでした。うまれてきてくれて、ありがとう♡



# ～ おうちの方へ ～

コロナウイルス感染症が急激に増えています。いよいよ第6波ですね。お子様を育てている保護者の皆様にはご不安なことも多いと思います。(私も3歳児, 5歳児, 高齢者を抱える家庭です)

いろいろな情報が溢れていますが、情報の発信源は信頼に足るか? 受け取った情報に振り回されず、情報を正しく受けとめ、どう行動するか決めるのは自身の責任であることを肝に銘じて生活していきたいと思っています。そんな大人の姿を見て、子供たちもコロナウイルスを正しく恐れ、衛生的に生活する態度を身につけ、正しく情報処理する力が育ってくればよいなと願っています。

## 性教育の機会に…



裏面の「保健室へようこそ」でお知らせしましたが、本校の職員に赤ちゃんが生まれました。

弟妹が生まれた、親戚や友だちの家に赤ちゃんが生まれた、性に関するニュースがTVで流れた、身近に性に関するトラブルがあった、性に関する悩みがあるようだ、などの機会をとらえて、ぜひご家庭でも性に関する話題で親子の会話をしていただければと思います。

小学生の今、一番大事なのは **性に関する話を親子でできる関係づくり** です!!

話の内容は、どんな小さなことでも他人事でもかまいません。家庭でする会話なので、指導的な内容でなくていいと思います。ただ、「性について親と話せる」という経験をさせてあげてください。

性に関する問題・トラブルは、思春期や大人になってから出会うことが多いです。性に関する問題・トラブルは、その人の「生」と深く関わります。ひどい傷(心身とも)を負えば、命に関わることもあるでしょう。大切なのは問題・トラブルにどう対処するかです。**誰に相談するか? 誰に助けを求めるか?**

私は一番子供たちのことを想って話を聞き、よい道を考えてくれるのは、やっぱりご家族の方だと思っています。できれば子供たちには、お家の方に相談してほしい。そのための下地作りがまさに今、「性について親と話せる」経験です。

大人にも恥ずかしさはあると思います。ですが、性や体に関する話は子供たちの興味・関心の高い内容で、きっと食いついてくると思います。ぜひ明るく楽しく♪会話をしていただければと思います(\*^^\*)

※ちなみに… **性教育＝性行為の話** と大人は思いがちなのですが、「**性＝生**」と捉え、**よりよく生きる教育**と考えていただければお話しやすいかと思います。



参考までに、小学校の指導内容は、  
生命尊重、命のすばらしさ、自他の命を大切にすること、思いやりの心、心身の変化、男女の特性、互いを尊重・協力し合うこと、危険から身を守る、メディアなどの情報を正しく受け止める、心身の疑問・悩みへの適切な対応 など  
について、成長とともに全学年をとおして指導していくよう計画されています。

### ～ 木下のおすすめ本 ～

マンガなので読みやすい!!

子供に突然こう言われたときはどう答える? の練習ができます。  
性教育は慣れです!! 練習すれば子供からの質問もどーんとこい!!



「おうち性教育  
はじめます」

著: フクチマミ,  
村瀬幸浩

発行: KADOKAWA