

ほけんだより 7がっ

令和4年7月8日
京都市立下京雅小学校
校長 神内 貴司
養護教諭 中尾 早織

猛暑といえるような日があったり、梅雨らしい日があったりと体調面が心配な気候ですが、雨が上がると、嬉しそうにグランドに出ていく子どもたちが大勢います。マスクを外したり、水分を取ったりしながら元気に夏を過ごしてほしいと思います。



★学校での性に関する指導について★

本校では、「性に関する指導」を下記のように実施しています。
【体に関する知識・理解】【生き方・思いやり】【いのち】【家庭・社会との関わり】
の観点から計画しています。



学年	題材名等	学 習 の ね ら い
1 年	たいせつな みずぎゾーン (学級活動)	①自他の水着ゾーンを大切にしようとする気持ちをもつことができる。 ②水着ゾーンを清潔にしようとする。
2 年	大きく なったね (道徳)	①自分はどのように大きくなってきたのかを知り、生きているあかしであることに気づく。 ②誕生の喜びや成長を感じ、生命を大切にしようとする心情を育てる。
3 年	お父さんからの手紙 (道徳)	①自分の生命は、周りの人々の支えによって守られてきたものであることに気づく。 ②生命の尊さを感じ取る。
4 年	大人に近づく体 (保健)	体の発育・発達や、男女差・個人差について理解する。
5 年	情報産業とわたしたちの暮らし (社会)	様々な情報があふれる社会で、情報が正しいかどうかを確かめることの大切さに気づくことができるようにする。(性に関する情報に触れる)
6 年	男女ともに 生きる (学級活動)	男女の性差はあるものの、互いに相手を尊重し協力することが大事であることに気づく。

★話題にあがった時がタイミング！性に関する内容について★

夏休みは、家族と過ごす時間が増え、プールや海などに行かれることもあるかもしれません。
子どもたちが性に興味を持ったとき、話題にあがったときこそ絶好のタイミングです。話をそらさずに、何に興味を持っているのか、どう感じているのかを聞いてみてください。

ただ、話題にあがったとしても、どう答えたらよいのか、保護者の方も困ることがあるのではないのでしょうか。

【命育】は、医師や助産師などの専門家が運営しているサイトです。ここに書かれていることが、いつ誰にとっても正しいこととは限りませんが、参考にしてみてもいいのではないでしょうか。

(有料会員しか見られないページも一部ありますが、会員にならなくても見られページも多数ありました。)

何でも検索して調べられる世の中になりましたが、子どもたちが正しく安全な情報を目にしているとは限りません。

また、性的指向や性自認の多様化など、大人も一緒に学び、自分自身の感覚を更新していく必要を感じています。SNSに関連しての事件や性の早熟化など、課題として捉えられることが多い話題ですが、性に関することが、前向きな成長と捉えられるように、学校でも学習を積み重ねていきたいと思っています。



お知らせ

個人懇談会にて、健康診断の結果をまとめたものを「けんこうのきろく」としてお渡しします。
夏休みを利用して、子どもたちの健康管理を
よろしくお願いいたします。

「桃陽病院肥満サマースクール」
8月2日（火）9時～15時
京都市立桃陽病院
京都市在住の4年生～6年生の児童とその保護者
医師と管理栄養士による食事療法や運動療法など
1000円（児童昼食代）

申込は7月14日(木)までに養護教諭
にお問い合わせください。

7月すこやか

令和4年7月8日
ほけんの日
4・5・6年用

7月の保健目標

夏を健康にすごそう

蒸し暑い日が続いています。体のだるさから、気持ちまでしんどくなってくることもあります。夏を健康に過ごす準備をしていきましょう。

Are you ready?

君は夏を健康に過ごせるかな？

☆当てはまるところにチェック☑をしてみよう。
いくつチェック☑がついたかな。

☐ 朝・夜は歯みがきをしている。

新型コロナウイルスの感染予防のため、給食後の歯みがきができていない人も多いと思います。特に、夜はていねいに歯をみがいて、口の中をきれいにしておきましょう。

また、歯や歯ぐきがいたいときは、必ずおうちの人に伝えて、歯医者さんにみてもらうかどうか、相談しましょう。

☐ 【暑いな。】【息苦しいな。】と思ったら、早めにマスクを外す。

マスクとも、夏の暑さとも、上手につき合っていくことが大切です。



☐ 虫にさされたときは、かく前に、水道水や保冷剤で冷やす。

☆大人の人に聞いてから、虫さされ用のお薬をぬります。

☆かゆいのをがまんできずに、かいてしまうと、指にいる小さな菌が、きずから入って、なかなか治らないことがあります。冷やすなどしてかゆみをやわらげて、早く治しましょう。

☐ 室内の温度は、28度以下になるように調節する。

外の気温との差がありすぎると、体がだるくなることもあるので、おうちでエアコンをつけるときも、冷えすぎないようにしてください。

4	3～2	1～0
夏も元気モリモリさん	もう一息の小モリさん	ちょっと心配ドキドキさん

スクールカウンセラーより ～自分にもっと自信を持てるようになる方法～

もうすぐ夏休み。みなさんはどんな夏休みにしますか？

思い切り遊ぶことは、自分の力を信じられるようになったり、自分を好きになったりする効果があるといわれています。どんどん遊びましょう！

何かをがんばることも、素晴らしいですね。成功体験も、もちろん自信になります。がんばっても成績が伸びなかったり、試合に負けたり、うまくいかないときこそチャンスです。高い目標をもって、がんばっている人ほど、失敗やピンチに出会うものです。そんなときにも、自分の良い面や努力してきた過程に目を向けて、自分を好きでいつづけることが、次の成功につながります。

もっとくわしく知りたい人は、スクールカウンセラーに声をかけてください（毎週水曜日来校しています）。参考になる本も、いろいろありますよ。

＊『学校では教えてくれない大切なこと(14)自信の育て方』旺文社

＊『だいじょうぶ 自分でできる失敗の乗り越え方ワークブック』明石書店

お話を希望する場合は、「おはなしポスト」にお手紙を入れて申し込むか、担任の先生や保健室の中尾先生にお願いして申し込むこともできます。



スクールカウンセラー 細川



7月すこやか

令和4年7月8日
ほけんの日
1・2・3年用

7月のほけんもくひょう

夏を元気にすごそう

Are you ready?



君は 夏を 元気に 過ごせるかな？

☆当てはまるところにチェック☑をしてみよう。
いくつチェック☑がついたかな。

☐ 朝・夜は歯みがきをしている。

特に、夜はていねいに歯をみがいて、口の中をきれいにしておきましょう。

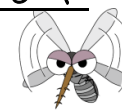


また、歯や歯ぐきがいたいときは、必ずおうちの人に伝えて、歯医者さんにみてもらうかどうか、相談しましょう。

☐ 【暑いな。】【息苦しいな。】と思ったら、早めにマスクを外す。



☐ 虫にさされたときは、かく前に、水道水やほれいざいでひやす。



☆大人の人に聞いてから、虫さされ用のお薬をぬります。

☆かゆいのをがまんできずに、かいてしまうと、なかなかおらないことがあります。



☐ 室内の温度は、28度以下になるように調節する。



家でエアコンをつけるときも、ひえすぎないようにしてください。

4	3～2	1～0
夏も元気モリモリさん	もう一息の小モリさん	ちょっと心配ドキドキさん

スクールカウンセラーより ～自分にもっと自信を持てるようになる方法～

もうすぐ夏休み。みなさんはどんな夏休みにしますか？

思い切り遊ぶことは、自分の力を信じられるようになったり、自分を好きになったりする効果があるといわれています。どんどん遊びましょう！

何かをがんばることも、すばらしいですね。高い目標をもって、がんばっている人ほど、失敗やピンチに出会うかもしれません。そんなときにも、自分の良い面や努力してきた自分に目を向けて、自分を好きでいつづけることが、次のせいこうにつながります。

もっとくわしく知りたい人は、スクールカウンセラーに声をかけてくださいね（毎週水曜日学校にいます）。参考になる本も、いろいろありますよ。

＊『学校では教えてくれない大切なこと(14) 自信の育て方』旺文社

＊『だいじょうぶ 自分でできる失敗の乗り越え方ワークブック』明石書店



お話を希望する場合は、「おはなしポスト」にお手紙を入れるか担任の先生や保健室の中尾先生にお願いして申し込むこともできます。

スクールカウンセラー 細川