

えがお

上尾市立尾山台小学校保健室
ほけんだより (家庭数配付)
令和5年 11月17日 No. 7



11月の保健目標 「しせいを正しくしよう」

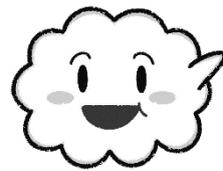


日が暮れるのが早くなり、朝晩は、すっかり寒くなりました。いよいよ季節は、冬ですね。
1000m走記録会に向けて、Run Run タイムも始まりました。本番でベストタイムが出せるよう自分の目標 に向かってがんばりましょう。汗ふきタオルや水筒も忘れずを持ってきましょう。

家族でもさわらない、自分だけの場所

プライベートゾーンをおぼえていますか？

プライベートゾーンは、「自分だけの大切な部分」です。1年生は、学校公開日に学習しました。具体的には、水着でかくれる部分と口です。男の子の胸は、かくれていませんが、男の子の胸もプライベートゾーンになります。これらは、他の人に勝手に見られたりさわられたりしてはいけません。そしてもちろん、他の人のプライベートゾーンを勝手に見たりさわったりしてもいけません。「くすぐりあい」や「ふざけあい」など遊びの中で友達とふれあうことがあると思います。しかし、それは、本当に相手も楽しんでいるかな？プライベートゾーンをさわっていないかな？いやがっていないかな？ということをしかりと考えてみてください。気になること、聞いてみたいことなどがあればいつでも保健室に来てくださいね。



お医者さんには、見せることもあるよ。お口も大事な部分だよ。



「誰にどこを見られたり、さわられたりしてもよいのかは、自分で決めていいんだよ。体 について少しでもいやな気持ちになった時には、いやだと言っていいんだよ。」

まもろう！プライベートゾーンのおやくそく

ほかのひとの プライベートゾーンを
かってに みたり さわったりしない
ように しようね。



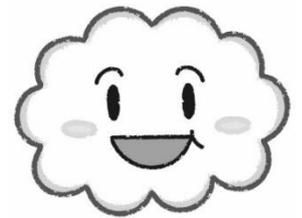
もし、みられたり さわったりしそう
になったら 「いや」といおうね。
おとなにも おはなし してね。



いやなことを されている おともだ
ちが いたら たすけてあげよう。
おとなにも おはなし してね。



自分の体は、自分のもの 誰かにきずつけられたり いやなのに さわられたり、見られたり
しないんだよ。でも、もし、だれかにされてしまったらそれは、やった人がぜんぶわるい。たとえ、
「やめて」って言えなくてもあなたはぜったいにわるくないよ。



たいせつな きみへ

プライベートゾーンのこと わかったかな？

きみの からだは きみのもの。

じぶんの からだを どうするか きめられるのは
じぶんだけ なんだよ。

きみも そして おともだちも

みんな ひとりひとりが たいせつなんだ。

じぶんが かんじるきもちを たいせつにしてね。

ほくは いつでも おそらから みているよ！

くもくんより

～保護者の皆様へ～

今回一部ほけんだよりにのせたのは、東山書房の『おしえて！くもくん～プライベートゾーン
ってなあに？～』という絵本の配付用資料です。尾山台小学校では、1年生～6年生までこの絵本
のくもくんと一緒にプライベートゾーンについて学びました。プライベートゾーンを知ることは、
自分を守ることとなります。ぜひ、ご家庭でもお話してみてください。