すこやか

２０１２年　１月２５日
三雲東小学校　保健室発行

性教育・保健学習の参観を行いました！！

１月１３日（金）の学習参観日に性教育・保健学習で自分の体のことや命の大切さについて学習をしました。各学年の授業の様子をお知らせします。

1年

性教育「もし、ころんだら」

血液の大切さについて知り、自分がけがをしたときにできる簡単な手当のしかたについて学習をしました。

子どもはペットボトル１本ぶんのちがなくなるといのちがあぶないことがわかりました。けがをしないようにきをつけます。

ねむっているあいだも「ち」はながれているとしりました。子どもは、ペットボトル３本ぶんのちがながれているとしりました。

はなぢがでたときは、はなの上をギュッとすれば、とまるとはじめてしりました。はなぢがでたときは、はなの上をギュッとするようにしたいとおもいました。

2年

性教育「赤ちゃん誕生　へその緒の話」

「へそのお」がお母さんと自分をつなぎ、栄養や酸素をもらっていた「いのちのパイプ」であることを学習しました。また、赤ちゃんがおなかにいるときのお母さんや家族の思いも知り、自分の命の大切さを感じることができました。

お母さんは、赤ちゃんがうまれるまでずっとねているのはたいへんつらいと思います。でも、うまれてきてお母さんもうれしかったと思うし、子どももうんでくれてうれしいと思います。お母さん、くるしいのにうんでくれてすごいなと思いました。

お母さんは赤ちゃんをうむのはたいへんだったと思います。人形の赤ちゃんをだいてみたらすごく重かったです。こんな重い赤ちゃんをうむお母さんはすごいなと思いました。

3年

保健学習「からだを清潔にしよう」

手の洗い方によって、どれぐらい汚れが落ちるかを実験をして確かめました。手の汚れをきれいに落とすためには、石けんで２０秒以上洗わないと落ちないことを確認しました。手だけでなく頭の先から足の先まで体は、汗や皮脂で汚れているのでお風呂できれいに洗ったり、下着を替える必要があることを学習しました。

手を洗うということは、とても大切なことだと思いました。手をきれいに洗ってかぜや病気にならないように気をつけます。

手洗いをしないとバイキンがこんなにのこっているとは思わなかった。水だけで手をあらうとバイキンが広がるんだと知りました。

手を洗っていないとすごくいっぱいきんがついていたけど、石けんで２０秒間あらったらしっかり汚れが落ちると知りました。手をあらってないのと水だけで２秒あらったのでは、ほとんど同じということをはじめて知りました。

4年

保健学習「育ちゆく体とわたし」～体の中でも始まっている変化～

身長や体重の増加とともに体つきが大人へと変化してきていること、また、体の中でも性ホルモンの働きで大人へと近づく準備（精通・月経）が始まっていることを学習しました。

月経・射精が起こる時期は、決まった時期に起こるのかなと思っていたけれど、人によってちがうんだなと思いました。

思春期になると体の外だけじゃなく、体の中も変わるんだなあと思った。

大人に近づくと自分の体にいろいろな変化がおこるということがわかった。それとはじめての月経のことを「初経」いうことがわかりました。

5年

保健学習「たばこの害について知ろう」

たばこの煙は、主流煙より副流煙の方が体に害があること、また、たばこに含まれる３大有害物質（ニコチン・タール・一酸化炭素）が体に与える影響について学習しました。湖南市保健センターの保健師さんから指導していただきました。

家の人がたばこをすっているので、私やお母さん、お兄ちゃん、おばあちゃん、犬が副流煙でがんになるかも知れないので早めにやめて欲しいと思った。

たばこは、成長期にはすってはダメだと思いました。たばこには、害がすごくあるとあらためて思った。

たばこの害については、何となくしか知らなかったけど具体的にしかも肺が黒くなっている写真も見て、よくわかりました。

たばこは、未成年の間も大人になってからも絶対に吸わないでいようと思いました。主流煙より副流煙の方が害があることにとてもびっくりしました。

授業後の子ども達からは、たばこの害についてお家の人に教えてあげたい、病気になったら困るのでたばこをやめるように話したいという感想がいくつもありました。

6年

保健学習「薬物乱用防止」

湖南市少年センター「あすくる湖南」の福井　進先生より薬物乱用の現状と薬物が及ぼす影響について、また狙われる青少年の現状についてお話をしていただきました。

今日の勉強で思ったことは、薬物はすごく怖いもので、一度使うとやめられなくなるということにビックリした。人から覚せい剤や大麻などをすすめられた時、自分はどうすべきか、使うべきかを考えずにはっきり断る。そして、すぐに警察に相談することが大切だと思った。

覚せい剤はとても恐ろしいものだと感じた。一度使うとやめられなくなり、最後には死んでしまうものなので、使うととんでもないことになるものだと感じた。他にもお金がないと人からお金を奪ったり、人を襲うなど薬物は人を犯罪者にしてしまうものだと感じた。

福井先生のお話の中に関西の有名私立大学の新入生（２万人）に薬物に関するアンケートを実施したところ３分の２の学生が「大麻が手に入る」という回答があったそうです。調査は、新入生対象のものなので、実際には高校生や中学生に薬物が迫っている現状にあると考えられます。今や薬物は、遠い世界のものではありません。小学生から子どもに薬物に対する正しい知識と正しい判断力を育てることが大切です。