

ほけんだより

札幌市立清田小学校

令和7年(2025年)12月25日

No.8

長かった2学期が終わり、冬休みが始まります。クリスマスにお正月、家族やお友達と遊んだり、おいしいものを食べたりと、楽しい時間を心待ちにしているお子さんも多いことでしょう。年末年始などで生活リズムが乱れてしまうと、取り戻すのには時間がかかってしまいます。夜更かしをしてしまった次の日は早めに寝るなど工夫をし、冬休み中も生活習慣を崩さないよう留意しましょう。

3学期、元気な笑顔いっぱいの清田っ子に会えることを楽しみにしております。



持ち物の点検を



本日上靴を持ち帰っています。サイズが合っているかどうか等、靴の状態の点検をお願いいたします。靴紐がほどけやすい、紐が長くて扱いづらいというお子さんもいるようです。安全に学校生活を送るために、御家庭で工夫をしていただくようお願いいたします。

※学校に持ってくる全ての持ち物には、必ず記名をお願いします。帽子や手袋、上着などが頻繁に迷子になっています。

6年生の保護者様

夏休み前に、対象年齢である6年生全員に、札幌市保健所発行の「二種混合（ジフテリア・破傷風）予防接種のお知らせ」を配付しました。お知らせに記載された委託医療機関で、13歳の誕生日前日まで無料で受けることができます。

まだ受けていない場合は、冬休みを利用して受けるようお勧めいたします。

性に関する指導を実施しました

「性に関する指導」は、体の発達、心理的な発達、男女の人間関係、社会生活への適応という4つの領域から構成されています。清田小学校では、学年の発達や児童の実態などを考慮したうえで、生命尊重の精神に立った、豊かな人間性の形成を目指して指導しています。

1年生

【たいせつなからだ】

からだは全部大事であることを前提に、中でもプライベートパーツは「自分だけの大切な場所」であること、守っていく方法を学習しました。

2年生

【おへそのひみつ】

おへそはお腹の中でお母さんとつながっていた印であること、お母さんから栄養や酸素をもらって成長してきたことを学習しました。

3年生

【赤ちゃん自分】

赤ちゃんと言現在の自分を比べ、心と体の成長やかけがえのない命であることを学びます。
※3学期に実施します

4年生

【体の中で起こる変化】

思春期に起こる体の変化や異性への関心について考え、体の発育・発達には個人差があることを学習しました。
※教科「保健」で実施

5年生

【旅行的行事前・保健指導】

思春期に起こる体の変化について、初経や精通について詳しく学習をしました。また、山の家で気を付けてほしいこと、マナーについても学習をしました。
※10月に実施済み

6年生

【いろいろな性ってなんだろう？】

LGBTQ や性の多様性について正しい知識と認識をもつとともに、お互いの個性や自分らしさを認め合い、尊重して生きていくことの大切さを学習しました。

ひまわり

【たいせつなからだ】 【あなたをまもるバリア】

ふれあいサイコロゲームを通して、人それぞれがもつバリアを越える際には、必ず同意が必要であること、バリアの大きさや形、強さは人それぞれであることを学びました。

けんこうせいかつせいせきひょう
健康生活成績表

1年間の生活を振り返ってみましょう！
何点とれるかな？

なん た
何でもよく食べたかな？

- ① 好ききらいがたくさんある
- ② 少しきらいなものがある
- ③ なん た
何でもよく食べた



そと げん き あそ
外で元気に遊べた？

- ① ほとんど外で遊ばなかった
- ② ときどきできなかった
- ③ まいにちそと げん き あそ
毎日外で元気に遊んだ



しょくご は
食後の歯みがきができた？

- ① いつもできなかった
- ② ときどきわす
れた
- ③ かな
らずみがけた



がいしゅつご て あら
外出後のうがい・手洗いは？

- ① いつもできなかった
- ② ときどきわす
れた
- ③ かな
らずやった



も
ハンカチ・ティッシュは持てた？

- ① わす
れることが多かった
- ② かばんのなか にははい
っていた
- ③ いつもきちんともちある
て歩けた



よる はや
夜は早くねれたかな？

- ① いつもよる
夜おそくまで起きていた
- ② ときどきねるのがおそかった
- ③ まいにちはや
毎日早くねていた



テレビやゲームは？

- ① 3時間くらいだらだらつづ
続けた
- ② 1時間くらいはつづ
続けた
- ③ 30分ごとにめやす
目を休めた



あさ た
朝ごはん、食べたかな？

- ① いつもた
食べない
- ② ときどき食べなかった
- ③ いつもた
食べた



あさ め ざ
朝の目覚めは？

- ① お
起きるのがつらい、おこされた
- ② ときどきお
起きるのがつらかった
- ③ いつもきぶんよ
気分良くスッキリ起きることができた



まいにち はいべん
毎日の排便（うんち）は？

- ① いつもカチコロうんち
- ② ときどきバナナうんち
- ③ 毎日うんちを出した



ごうけい
合計

てん
点