

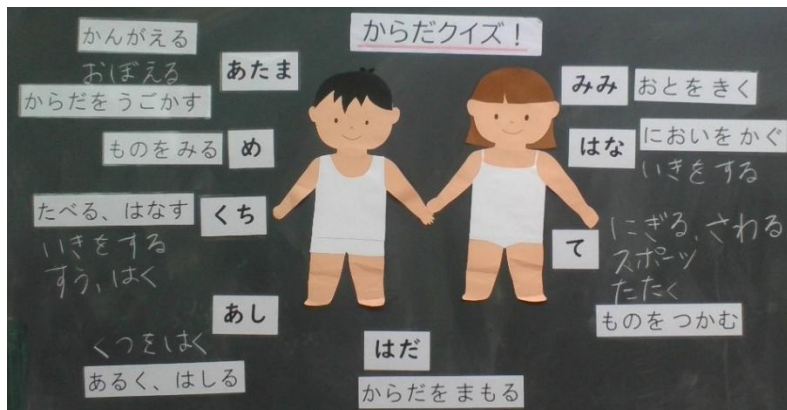
ほけんだより

1年生 特別号

札幌市立光陽小学校 保健室
令和7年10月28日

10月14～16日に「たいせつな じぶんのからだ」を学習しました

1 からだクイズ！



からだのいろいろな部位には、それぞれ大切な役割があることが分かったね！

自分のからだは
自分だけの大切なもの
自分でまもろう！

2 プライベートゾーン

「ほかの人にみられたら
恥ずかしい…」
「ほかの人のも見たくないな」

プライベートゾーンを
大切にするためには…

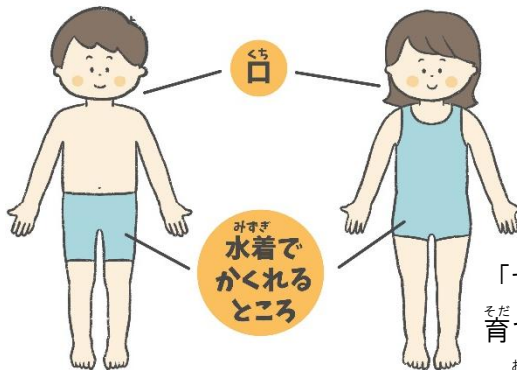
みない みせない

さわらない さわらせない

ふざけていわない

自分だけの大切な場所

『プライベートゾーン』



みずぎ
水着でかくれるところ

むね

おしり

せいき

「せいき」は、新しいいのちを
育てるための場所だよ。男の子
と女の子でちがいがあったね。

もしも、いやな気持ちになったら…

ノー
NO!

いやだ

ゴー
GO!

にげる

テル
TELL!

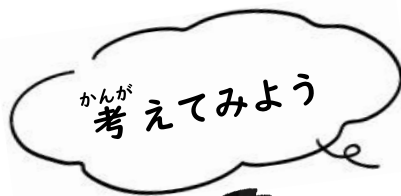
おとなに
はなす

自分の体も、友達の家も、
人前で見たりさわったりしてはいけないよ。

これはオッケー！

○お風呂のとき、自分のプライベートゾーン
をきれいに洗う。

○「かゆいな」「いたいな」と思ったときに、
おうちの人と一緒にみてる。



はんとし 半年で、けがをして保健室にきた1年生は270人でした。
けがをしないためにどうしたらよかったか、話し合いました。



ろうかで追いかけてっこをしていたら、ころんでしまった…
どうしたらけがをしないですんだかな？

- ・ろうかを走らなければよかった。
- ・走っているのは、体育館だけだね。

- ・ろうかで追いかけてっこしなければよかった。
- ・歩いていたら転ばなかったよ。



ともだち 友達とけんかして、顔をたたかれた。自分もやり返して、
おたがいにけがをしてしまった…。どうしたらよかったかな？

- ・やり返したのは、よくなかった。
- ・「ごめんね」って言えばよかった。

- ・すぐに仲直りすればよかった。
- ・いやなことをしなければ、けんかにならなかった。

じぶん からだ ともだち からだ たいせつ
自分の体も、友達の手も、大切にしようね！

かんそう ～みんなの感想～

- プライベートゾーンを初めて知った。 ○プライベートゾーンはぜったいに見せない。
- （女の子が）女の子のからだも見ちゃダメなことが分かりました。
- プライベートゾーンの、男子と女子の違いが分かった。 ○家でも、性器の名前をふざけて言わない。
- プライベートゾーンに「くち」が入っているのを知らなかった。
- 人の身体をさわっちゃいけないことが分かりました。自分から見せちゃいけないことも分かりました。
- たたかれたときは「いやだ」と言うようにします。「たたいたらだめだよ」と伝えるようにします。
- 廊下を走らないことや、自分だけのところは人に見せないことを頑張る。
- からだクイズがおもしろかった。プライベートゾーンの役割が分かった。
- どうしてプールでは水着を着るのが分かりました。
- からだクイズで、体のいろんなところが分かって楽しかった。
- けんかをして話し合いをする。 ○いつも廊下を走っていたから、今日から直します。