



おうちのかたといっしょに  
よんでください

【児童数配付】

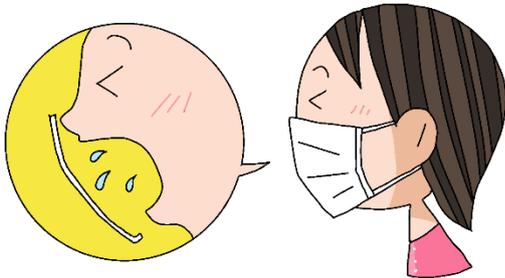
札幌市立大倉山小学校  
ほけんだより No.8  
2024.11.21 発行

早いもので今年もあと1か月。火曜日には雪が降り積もって一面真っ白になり、冬の到来を感じました。寒くなり、感染症の流行も心配される時期です。先日テレビで、「マイコプラズマ肺炎・新型コロナウイルス感染症・インフルエンザの3つが同時流行する『トリプルデミック』に注意」と報道されました。手洗いやせきエチケットなどを心がけ、この時期を乗り切りたいですね。（せいけつなハンカチとティッシュの用意を忘れずに！）

## せきエチケットを心がけましょう

せきやくしゃみで飛ぶ飛まつ（ウイルスが入ったしぶき）によって、ほかの人にかなどをうつしてしまうことがあります。それを防ぐようにみんなで守るのが「せきエチケット」です。

### マスクをつける



マスクは細かいあみ目のようになっていて、飛まつがすりぬけられないようになっています。マスクをつけることで飛まつが外に飛び出すのを防ぐことができます。

マスクをしていないときでも、くしゃみやせきが出そうなときは、ティッシュや服のそでで口をおさえて、できれば、ほかの人からはなれ、顔をそむけるようにしましょう。



## 11月の感染症い患報告から

- マイコプラズマ肺炎…発熱、倦怠感、頭痛などから始まり3～5日して咳が出始めます。乾いた咳が徐々にひどくなり3～4週間続きます。重症化を防ぐため、熱がなくても咳が続く場合は受診と療養をお勧めしています。  
増えています
- 水痘（水ぼうそう）…すべての水疱がかさぶたになるまで出席停止となります。
- 新型コロナウイルス感染症…発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで出席停止となります。

## 性に関する指導 6年 多様な性を知ろう

性別は生まれた時の性器の形など体の要素で男女どちらかに決められていますが、実は性のあり方には「身体の性」「心の性」「表現する性」「好きになる性」といった要素があります。この要素を踏まえて自分の性を考えてみるとみんな少しずつ違うことに気がつきます。性は二分されるものではなくグラデーションのようにいろんなタイプの人がいって多様なもの。違いを認め合い、誰もがありのままの自分で生きられるよう願いを込めてお話しさせていただきました。



### 6年生の感想の一部を紹介します

- この世界の人達はみんなそれぞれちがうということがわかりました。だから、人のことを勝手に決めつけたり、その性をバカにするのはよくないと思いました。
- 性にはいろいろなあり方があるのを知った。いろいろな性を尊重しながらすごせるようになりたい。
- みためや性別にとらわれないで自分の気持ちを尊重して差別をなくしながら生きていきたい。
- 性別は男女みんな少しずつちがうグラデーションだというのはいい例えだなと感じました。
- トランスジェンダーの人とかはそんなに特別な人ではなく普通の人だし自分にも少しあるかもしれない。

## 性に関する指導 4年 思春期の体の変化

思春期に起こる体の変化について、主に体の中の変化と心の変化についてお話ししました。もうすぐ経験するであろうさまざまな変化に興味津々の4年生。不安や心配の声も少し聞かれましたが、これらの変化は健康な大人へむかって成長している証。新しい命を育むしくみがととのったということでもあります。困った時はいつでも相談してほしいと思います。



### 4年生の感想の一部を紹介します

- いままで、初経になるのがこわかったり、いつくるかしんばいだったので、今べんきょうして安心しました。大人になるにつれてのことをくわしくしれたべんきょうだったので楽しかったです。
- 今日学んでびっくりした事は、男子は（女子の）生理みたいにいたくない事です。女子がいたいなら男子もいたいのかなと思っていたからです。
- 血が出るのがこわかったけど、赤ちゃんが育つところならがんばれるかもと思いましたし、このべんきょうでわかったことをいかして、思春期もがんばれそうです。
- ちつがあるのをしらなかつた。女の子はすごくだいへんだし赤ちゃんをうむときはすごくだそう。
- おしっこが出るところと精子が出るところが同じということがビックリした。
- 男の子にも生理みたいなものがあるなんてびっくりしました。（精通のこと）
- 男女にはちがいがあけれど、おたがい助け合って協力することが大切だなと思いました。
- 思春期にははんこうきもあると聞いて今の自分だということがわかりました。