さつなえっこ ほけんだより

2026年11月5日
札幌市立札苗小学校

心・体・命の学習を実施しました



心身の健康や命の大切さに関する「心・体・命の学習」を5年生は滝野宿泊学習前の6月、1～4・6年生は10月に実施しました。子どもたちが心・体・命について関心を持ち、健康な生活を送ることや、自分や友達・周りの人を大切にする気もちをもってくれることを願っています。子どもたちの感想（一部抜粋）を以下に掲載しますので、ご覧いただきご家庭でも話題にしていただければと思います。

＜1年生＞たいせつなこころとからだ（体の清潔・プライベートゾーン・性被害を防ぐ方法・自他の命の大切さ）

・プライベートゾーンはじぶんだけのもの。いたずらはしない。体や命や心をたいせつにする。
・みんなにぼうりょくをふるわない。かってにおともだちやかぞくのからだはさわらない。おともだちにやさしくする。たたかれたりしてもやりかえさないようにする。
・じぶんのこころをだいじにする。ごはんもしっかりたべる。きらいなものもたべる。
・じぶんのからだをたいせつにすることがわかりました。まずともだちやいろいろな人にたいしてやさしくすることがたいせつで、それはせかいにひとつだけのいのちだからだとわかりました。

＜2年生＞おへそのひみつ（おへその役割・胎内の様子と出産の過程・性被害を防ぐ方法・自他の命の大切さ）

・おなかにいる赤ちゃんはお母さんとおへそでつながっている。いいタッチわるいタッチのおはなしをきいてたいせつなところはさわらない、たたいたりしないようにしなければとおもった。
・おへそがないとおなかの中で空気やえいようをもらえなくて大へんだったんだとおもった。
・ろうかをはしらない、人にぼうりょくをしない、じぶんが人にいやなことを人にしないようにしたい。じぶんをたいせつにしたい。じぶんのこころとみんなのこころをたいせつにしたいとおもった。
・ろうかをはしっちゃってたからきをつけようとおもった。ちょっかいやうそをやめる、人の気もちをかんがえる、やだといわれたらすぐやめることがだいじだとおもった。
・いいタッチとわるいタッチがあるから、わるいタッチでさわったりなぐられたりしたときはちゃんといやという。しらない人にも友だちにもさわられたらにげる。

＜3年生＞いのちのたんじょう（赤ちゃんが誕生するまで・自他の命の大切さ）

・あかちゃんにんぎょうをだっこしてみたら、いしとおなじぐらいとてもおもたかった。くびがぐらぐらしていてとれそうだった。
・いちばんさいしょはすっごく小さいのに今は130㎝などに大きくなっているのにびっくりした。3000gから今のたいじゅうになったのがびっくりした。うむのに280日もかかるのがびっくりした。おなかの中のあかちゃんのまわりに水が入ってると思わなかった。
・お母さんやお父さんがわたしをたいせつにそだててくれたということがすごくわかりました。自分ももっと自分の命をたいせつにしたいと思います。今日のスライドを見て大人もわたしたちのためにそだててくれていることがよくしることができました。

＜4年生＞心の健康～ふわふわ言葉とちくちく言葉）（本校スクールカウンセラーによる授業）

＊ふわふわ言葉：言われて嬉しくなる言葉　　ちくちく言葉：言われて嫌な気持ちになる言葉

・自分の気持ちと相手の気持ちを考えてみて、いつもはなかなか考えずにはっしてしまう言葉は相手がどのようにかんじているかを考えるきかいがあってとてもよかったです。
・これから言葉に気をつけてつかっていきたい。言葉についてもっとくわしくしりたい。
・一つの言葉でこんなに人がいやな気持ちになるんだなって思った。
・私も、ちくちく言葉を言ってないかな、大丈夫かなと思ったり、この授業のおかげでより言わない事を気を付けられるかなと思いました。
・きずつく言葉を言わないでたのしくがっこう生活をおくりたいです。

＜5年生＞思春期にともなう体の変化

＊5 年生は講話・映像の視聴、児童・家庭向けの配付資料を使った学習が主な内容のため感想をとりませんでした。内容は、男女の思春期の心と体の変化、生理用ナプキンの使い方、宿泊学習の生活上の注意点等です。

＜6年生＞非行防止教室（北海道警察本部少年課少年育成第一係によるオンライン授業）

＊スマートフォン等が幅広い年齢層の児童に普及していることに伴い、SNS の利用に起因する誘拐事件等の凶悪犯罪被害や児童の性被害が後を絶たないことから、子どもの犯罪被害・性被害防止のための注意喚起・規範意識の向上を目的としたお話（薬物乱用防止を含む）をリアルタイムでしていただきました。

・インターネット上では、様々な人がいて見た目だけで判断したり個人情報を流したりすることがとても危険だということが伝わってきた。

・未成年が何をしちゃだめなのかがよくわかったし、大麻や覚醒剤の危険性も知れて絶対にしてはいけないことだということがよくわかりました。スマホは使い方によって人の命を左右しちゃうことがわかって、気軽に SNS などに投稿はしないようにしようと思いました。

・インターネット上の友達だとしてもリアルの友達だとしても裸などの写真は送らないようにします。インターネット上で相手と話す時はちゃんと気分が悪くならない発言などかどうか考えてから送ります。

最近の感染症の状況

風邪症状・インフルエンザが多いですが、感染性胃腸炎にかかったという連絡もあります。

インフルエンザ→**発症後（発熱の翌日を1日目として）5日を経過し、かつ、解熱後2日を経過するまで出席停止になります。**

感染性胃腸炎→吐き気や嘔吐・下痢・腹痛（発熱はない場合もあり）などの症状が見られます。早めに病院で診てもらい、脱水症状防止の為水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理（85℃の熱湯で1分以上または塩素系漂白剤の消毒）をし、片付け後は手洗い・うがいをしましょう。感染性胃腸炎は出席停止になる病気ではありませんが、人にうつる病気なので、治ってから登校するようにしましょう。

新型コロナウイルス感染症

最近本校で感染者が出ています。現在札幌市内でも出ているようです。

診断された場合は必ず学校へ連絡をお願いいたします。

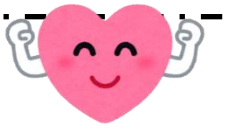
＜出席停止期間の基準＞

発症後（発熱等の翌日を1日目として）5日を経過し、かつ症状が軽快（解熱剤を使用せずに解熱し、かつ、呼吸器症状が改善傾向にあること）した後1日を経過するまで

＜留意事項＞

・発熱や咽頭痛、咳等の普段と異なる症状がある場合には自宅で休養するようお願いいたします。

・出席停止解除後でも発症から 10 日を経過するまでは、マスクの着用が推奨されています。



1年生の保護者の方へ

9月24日に行いました**1年生の心臓検診（心音心電図検査）**の結果、精密検査が必要なお子さんにはお知らせを渡しています（精密検査が必要ない場合はお知らせの配付はありません）。精密検査が必要ない場合も、現在心臓の病気で定期検診等を受けている場合は、引き続きかかりつけの医療機関の指示に従ってください。検診の日に欠席等により検査を受けることができなかった場合は、指定の検査機関で冬休みに検査（無料）を受けることができます。こちらは、該当のお子さんに後日お知らせを配付いたしますので内容をご確認ください。