



とくべつごう  
特別号



令和8年2月24日(火)  
柏市立酒井根西小学校  
保健室  
\*お子様と一緒に読んでください。

# 6年生に保健の授業をしました!

保健の授業で学ぶことを天野先生がよりくわしく専門的に教えてくださり、初めて知ったことがたくさんありましたね!

講師：学校薬剤師 **先生**  
たくさんのお話を教えてくださりありがとうございました。

## 2/10(火)「禁煙教室」

- たばこの種類とかたち  
→燃やすたばこ・電子たばこ
- 体へのえいきょう →がんなどの病気に!
- まわりへのえいきょう
- 受動喫煙 →主流煙・副流煙
- さそわれたときのことわり方 (ロールプレイ)



「仲良しの友達にさそわれたら、どうことわりたいの?」  
岩瀬先生に「しつこくさそってくる友達役」をやらしてもらいました。  
挑戦した児童は、たばこは体に悪いからと、負けずにことわっていましたね。このあと、近くの人とロールプレイをしました。

- ### ことわるときのポイント!
- 1) その場をはなれる (ごめんね、ちょっと…)
  - 2) 理由を言う (たばこは体に悪いから…)
  - 3) きっぱり／－と言う (わたしはやらない。)
  - 4) 気持ちを言う (きみがきらいってわけじゃない。)
  - 5) 話を変える (今日の給食うまかったよー!)

## 2/13(金)「薬物乱用防止教室」



- 薬ってなんだろう?  
→用量・用法をまもる →薬機法で定められている
- コップ1ぱいの水で飲むのがよい
- オーバードーズとは →大人に相談する
- 薬物の種類 →覚せい剤・大麻・麻薬など
- 使っても×! 持っても×!**
- 体へのえいきょう
- さそわれたときのことわり方



さそわれたら、あなたは どうする?

**大切なものはなに!? 3つの勇気で自分を守ろう!**

1つめ 近づかない勇気

2つめ キッパリとことわる勇気

3つめ そうだんする勇気 (警察署・110番)

児童からこのような感想がありました!

- 一度吸ったらやめられなくなる可能性が高いと思うから、好き心でもやってはいけない。
- 20さい以上になっても、さそわれても、ぜったいに吸わないし、タバコを吸うきっかけを作らない
- タバコは少しかっこいいと思ったけど、かっこよさより自分の命の方が大切だから吸いたくない。



- 大麻などの法律で禁止されているものは、1回でも薬物乱用になることを知った。
- 一回に正しい量の薬を飲まないとオーバードーズなどで危険になることを知った。
- ふつうの医薬品でも乱用になるのは気をつけようと思った。
- 違法な薬の危険さや、依存性の高さがとても印象に残った。
- すすめられてもことわりをげるのが大事だと思った。
- アロマとかにも大麻や麻薬が入っているのが印象に残った。



# 5年生に命の授業をしました!

# 2/10(火) 命の授業



講師：助産師 先生 先生

たくさんの方を教えてくださいありがとうございました。



先生

- フライベートゾーンとは：命に直結する大事なところ。
- 思春期 女子と男子の体のちがいははっきりしてくる。  
→ 女子は脂肪がつき丸みのある体に。月経・卵巣のしくみ。  
→ 男子は筋肉がつきがっしりとした体に。射精・精巣のしくみ。
- 月経・射精は、自分たちの体の中で「新しい命」を生み出すという大切な力が備わってきた証。

★とてもわかりやすい模型で、学習しました!

先生

- ① 性とは「心の生き方」ということで「あなたの心そのもの」。自分の心を大切にす。
- ② 性の情報は、正しいところで知る。  
→ 学校は「保健室」や「図書室」
- ③ 人の性には色々なタイプがある。  
→ 「自分らしく生きること」がとても大切。
- ④ 命と心、体のことは信頼できる大人に相談する



★おなかの中で赤ちゃんがどのように育っていくか勉強しました。へその緒は赤ちゃんじしんのけつえきが流れている。赤ちゃんは羊水を飲んだあと尿を出しておなかの中をきれいにしているなど、はじめて知ったことがたくさんあり、おどろいていました。自分力やたくさんの方の力で産まれてきたことを知ることができました。子どもたちには、これからも「命を大切にしよう」という気持ちを持ってほしいと思います。



いよいよ二次性徴がはじまる子も出てきて心も体も高学年のお兄さん・お姉さんらしくなってきた5年生。4年生でも発達個人差や二次性徴の学習をしましたが、その時はまだ自分の体におこるという自覚がなかった子も、実際に変化が起これ始めると、そのことに驚いたり動揺したりします。また、体と同時に異性に対する興味が強くなり、自分のことは自分で決めたいなど、心にも様々な変化が現れ、悩みや不安を持つ子も出てくる時期です。命の授業でたくさんの方を学びました。ぜひ、おうちでも「性や命」について話題にしてくださいと嬉しいです。よろしく願いいたします。



みんなに感想を書いてもらいました。その一部を紹介したいと思います。

- お母さんはこんなに痛い思いをしたんだなと思いました。
- 2時間もだじな命の話をしてくれてありがとうございました。
- 1つの命が生まれるのに時間がかかってとても大変ということがわかった。
- これからは人も、人だけじゃなくても物の扱いなどもちゃんと扱って、すべてに命があると認めて大切にす。
- 情報は正しい情報を集めた方がよい。
- まちがった情報が確かめた方がよいと思っ。
- プライベートゾーンはかんたんに触らせたならダメなことがわかった。
- 正しい名前て呼ぶことを生活にいかせると思いました。
- いつも自分のところにきくことをくせにしようと思っ。
- せっかくもらったこの体を大切にしていきたい。
- 女子と男子のちがいがとてもわかりやすく説明してて良かったです。
- 困ったときいろいろな人に相談する。
- 無理なダイエットはやめたほうがよい。



他にもいろいろな感想がありました。助産師さんの言葉や想いがたくさん伝わったようです。

