



平成29年6月22日

和歌山大学教育学部附属特別支援学校

養護教諭 鶴岡 尚子

# 6月のほけんだより

梅雨まっただ中です。湿度・温度ともに高くなり、また天気が変わりやすいこの時期は、体調を崩しやすい時期でもあります。自分で気温に合った服装に調節しましょう。また、食中毒も起こりやすい時期です。外で遊んだあとや、トイレのあと、給食を食べる前の手洗いをていねいにしましょう。



## 水学部 大事な部分もきれいにね！

宿泊学習を控えた小学部中・高学年さんと、恒例になってきました、“お風呂の入り方”の学習です。「体には、特に大切な部分（おちんちん・おまた・おしり・むね）があるよ。人に見せたり、触られたらダメなところだよ。柔らかくってデリケート。自分で洗おうね。さあみんなで体を洗う練習だ！」



あ～気持ちいい～！

お風呂イスに座って、体のパーツごとに洗っていきます。その後、実際に足を洗いました。一本ずつ指の間も洗おう！“自分の大切な体”だから、いつも清潔で気持ちよくすごしたいですね。

# 水泳

もうすぐです



みなさん楽しみにしている水泳。でも体の準備、できてますか？

■つめは短いですか？ つめが長いと、友だちにけがをさせてしまいます。

■体を清潔にしましたか？ みんなで入るプールです。

前の日は家のお風呂で体をきれいに洗いましょう。

■前の日は、早めに寝ましたか？ 水泳は他の運動と比べて、体力が必要です。プールに入った日も早く寝ましょう。

■朝ごはんを食べましたか？ 水泳はとてたたくさんのエネルギーを使います。空腹だと気分が悪くなることがあります。

■病院には行きましたか？ 健康診断でお知らせをもらった人は、プール開きまでに受診して、お医者さんの許可を得てください。



鼻水の治療をしましょう。水泳で中耳炎になったり、鼻血が出やすくなります。



# 心と体の学習

高等部普通科



女性のあるグループでは、カードを使いながら異性に対する自分の気持ちを表現したり、プライベートゾーンの確認をしていました。恋愛トークでは赤面する場面も。みんな他の人のステキなところを見つけるのが上手ですね。



男性グループは性に関する情報をどうやって入手しているのかという話をしていました。同性の中で性の話ができるのはよいし、興味を持つのは自然なことですが、性的な話を無理やり人に聞かせたり、画像などを見せたりすると、性的な嫌がらせになることも。「性」を笑いの対象やオープンにしすぎるのではなく、大切に思う気持ちが育ってくれることを願って、今後の学習は続きます。



と、性的な嫌がらせになることも。「性」を笑いの対象やオープンにしすぎるのではなく、大切に思う気持ちが育ってくれることを願って、今後の学習は続きます。

保護者のかたに向けた

## 〇〇。ちょっとひと息…こころのおはなし

磯ノ浦海水浴場で開催された、「海の学校」というイベントに娘と参加しました。救命救急講習を受けたりサーフィンやボディボードの体験をしました。海の楽しさと危険の両面を学ぶことを目的とした企画です。娘は私の必死の説得と励まし(笑)によって、怖がりながらもいろんなチャレンジをしました。終盤で波に押されてボードからポチャンと海に落ちてしまいました。私がすぐに腕を引っ張り上げました(足が付く浅いところですが)、娘は「落ちた!? おぼれた!?!」とプチパニック。海には「もう行かない!」と言っています。娘は楽しさ、危険の両面を体験したわけですが、この恐怖体験だけが残って、水が怖くならないでほしいと思っています。娘に泳ぎを教えたことはありません。危険なことを体験する前に、まずは泳ぐ方法を学んで、自分の体が浮くとか、自分の力で泳げるとか自信をつけてあげないといけなかったと反省しています。学校では子どもたちが楽しみにしている水泳が始まります。危険と隣り合わせの授業ですが、教師が安全面に気を配る中で、子どもたちには自信をつけて欲しいと思います。