

ほけんだより  
旭丘小学校

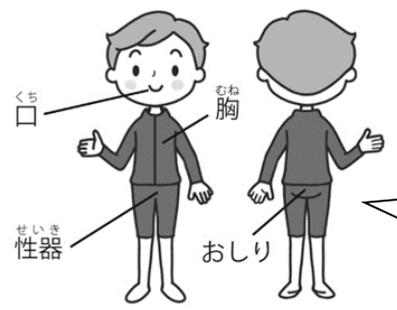
# いのち

じぶんのいのち、みんなのいのちをたいせつにしよう。  
2024年(令和6年)2月9日



2月5日(月)～7日(水)に「自分や友達のを大切にしよう」をテーマに、プライベートゾーンについてミニ保健を行いました。今回のほけんだよりでは、内容をご紹介します。

自分の体は自分のもの。体はどこも大切。  
なかでも、特別大切なところを『プライベートゾーン』といいます。



よく、「水着でかくれるところ」と「口」と表現されます。  
体の中につながる、次の命につながる場所だから、とても大切です。

### プライベートゾーンのルール

- ★見るのもさわるのも自分だけ。
- ★みんなの前ではさわらない。
- ★ほかの人のプライベートゾーンを勝手に見たり、さわったりしない。  
(ケガや病気の時は、プライベートゾーンであっても、自分のからだを守るために、お家の人やお医者さんにみってもらうことは大切です。)

### プライベートゾーンのルールをやぶる人に出会ったら・・・

- ★NO(ノー) 「だめ」「いやだ」「やめて」と言う。
- ★GO(ゴー) その場からにげる。
- ★TELL(テル) 周りの大人に話す。

「やめて!」って言うのはすごく勇気がいること。それに相手が怖い人だったり、いつも親切にしてくれる人だったら、その場で「やめて!」ってうまく言えないかも…。だから、「やめて」と言っていないからといって、「いいよ」という同意の意味ではないよ。もし、「やめて」と言えなかったり、とっさに逃げられなかったとしても、あなたは決して悪くない!

もし、「ひみつだよ」「他の人に言っちゃだめだよ」と言われたとしても、悪いのはプライベートゾーンのルールをやぶった人。信頼できる大人に相談してね。

さわったり見られたりしたら嫌な場所は人それぞれ。プライベートゾーンでなくても、嫌な気持ちになったら「やめて!」と伝えていいよ!

3～6年生には、『パーソナルスペース』についても話しました。  
「パーソナルスペース」とは、安心して過ごせる自分だけの空間のこと。パーソナルスペースは、相手との関係性やその時の状況によって変わります。また、どれくらいの距離が心地よいと感じるかは人それぞれですね。

★自分のからだは自分だけのもの。他の人との距離も自分で決めてよい。  
★相手と親しい関係だとしても、近すぎて嫌だなど思う時は、「離れてほしい」と伝えてよい。

～児童の感想より～

- ・プライベートゾーンのルールを守っていきたい。
- ・自分が思っていることをしっかり伝えようと思う。もし何かあったら相談をする。
- ・もしも、友達が「やめて」と言ったら、素直にやめる。
- ・自分だけでなく相手の気持ちも考えたい。
- ・友達や家族など、人には大切なところがあるから、ふざけていても、「勝手に見たり、さわったりしない」ことを大切にしたい。
- ・水泳や体育の授業では、さっさと早く着がえる。なぜなら、自分が早く着がえればさわられないし、一緒に着がえるのがいやだなという人も安心して過ごせるから。少しきよりをあけて着がえたりする。

《ミニ保健で引用・参考にした資料のご紹介》

『だいじ だいじ どーこだ?』  
作・えんみさきこ、絵・かわはらみずまる  
1・2年生のミニ保健の導入で読み聞かせをしました。  
作者の遠見才希子さんは、産婦人科医であり、これまでに900か所以上の学校で講演をされています。

『おうち性教育はじめます  
一番やさしい! 防犯・SEX・命の伝え方』  
著者:フクチマミ 村瀬幸浩  
ご家庭での性教育について、漫画をはさみながら、わかりやすくまとめられています。

NHK for School 「キキとカンリ」より 第4回「心と体をまもる」  
“ズボンずらし”や“スカートめくり”はただの遊び? それとも、相手を傷つけることなのか? を切り口に、プライベートゾーンや身をまもる行動『NO! GO! TELL!』について取り上げられています。

