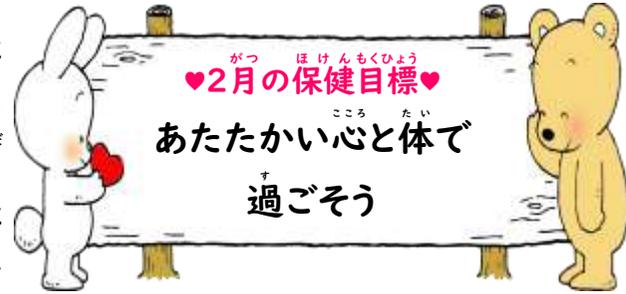


2月ほけんだより

令和8年2月6日
氷見市立湖南小学校
保健室

かぜやインフルエンザが流行しやすい時期ですが、ただ病気を防ぐだけでなく、お互いに「大丈夫?」「手洗いたよ!」と声をかけ合えるような、心の温かさを大切にしたいですね。自分の体を大切にすることは、まわりの大切な人を守ることに繋がります。みんなで手を取り合っ、元気に春を迎えましょう。



友だちの心を傷つけない

誰だって悪口を言われるのはいやですよね!?でもその反面、友達の悪口を言って楽しんでいる人はいませんか?「そんなに悪いことを言ったとは思わなかった」「軽い気持ち」で言ったことで取りかえしのつかないほど友達を傷つけてしまうことがあります。

みなさんは、ほんの小さなことでも傷つく年ごろなのです。友達のいやがることを言ったり、やったりしないように心がけましょう。



おうちの方向け

おうちで伝える『性』のおはなし~どうやって子どもに伝えよう?~



大阪市のHPに、幼児期~思春期の性教育について、分かりやすく掲載されています。

高学年男子の間で下ネタが流行することがあります。これはアドラー心理学でいう「仲間内で注目を浴びたい」「大人びた自分を見せたい」という、彼らなりの背伸び(劣等感の補償)であることも多いです。

そんなとき、「はしたない!」「やめなさい!」と強く叱りすぎると、子供はかくれてコンソソするようになり、正しい知識から遠ざかってしまいます。



【思春期男子に向けて家庭での関わり方のヒント~アドラー心理学をもとにして~】

- ・「成長だね」とまずは心で受け止める。大人に近づいている証拠と成長を認める。
- ・相手への尊厳を伝える。「その言葉で嫌な思いをする人がいるかもしれない。あなたには、人を大切にできる人になってほしいな」と、親の期待と信頼を伝えてみてください。
- ・正しい知識を共有する。ふざけた情報ではなく、科学的で誠実な知識を伝えることで、下ネタを「かっこ悪いもの・幼いもの」と自覚できるようになります。

氷見市内小中学校
インフルエンザ B型流行中

症状：38℃以上、頭痛、関節痛、筋肉痛、のどの痛み、せき、腹痛、下痢、おう吐
消化器症状があるのが特徴的です。

予防への心がけ忘れずに

すいみん、てあらい、すいみん、バランスのよいしょくじ

ハンカチを身に付けている人がふえました! ハンカチは、手洗いの後だけでなく災害時にも役立ちます。毎日持ってくるようにしましょう。※キラリ検査結果より