

# ほけんだより 3 月号

令和6年2月29日（木）鳥飼東 小ほけんしつ ★おうちの方と一緒に読んでね★



## 自分でつけてみよう 健康の「あゆみ」



自分の1年間の健康をふりかえって、

A（よくできた）・B（時々できた）・C（あまりできなかった）で評価してみよう。

BやCがあっても、これから気をつけることができたらいじょうぶ！

評価に○をして森田先生にわたしてくれた人には、シールをはって返します。

おうちの人にも見てもらってくださいね。

	項目	評価
例	朝・昼・夜きちんと食べた	A・B・C
せい	朝・昼・夜きちんと食べた	A・B・C
	好ききらいせずに食べた	A・B・C
	おやつを食べすぎに気をつけた	A・B・C
	毎日歯みがきをした	A・B・C
	毎日早ね早おきできた	A・B・C
	スポーツや遊びでしっかり運動した	A・B・C
よぼう	熱中症に気をつけることができた	A・B・C
	感染症に気をつけることができた	A・B・C
こころ	ゲームやスマホの使いすぎに気をつけることができた	A・B・C
	ストレスを上手に発散したり、クールダウンしたりできた	A・B・C
	人の気持ちを考えて、友だちや家族にやさしくできた	A・B・C
	こまったときやなやんだときに、だれかに相談できた	A・B・C

4月からがんばりたいこと

がんばりました！



# いろいろな性（性の多様性）について

このなかで、女の子はなん人居ますか？



みためだけで  
性別は  
わからない！

1月19日（金）の人権集会では、全校で「いろいろな性」について学びました。

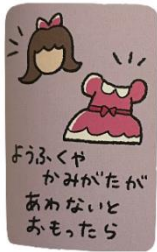
性は「男」「女」の2つだけではなく、「からだの性」・「こころの性」・「好きになる性」・「表現する性」の4つが組み合わさって、一人ひとりに自分らしい性があることなどを学びました。

また5・6年生は、LGBTQ(※)の当事者である石野結さんの講演を聴き、性の多様性について理解や考えを深めました。

※LGBTQ…性的マイノリティを表す言葉



こまったときは、そうだんしてね



ふくや  
かみがたが  
あめないと  
おもったら



せいふくが  
あめないと  
おもったら



トイレが  
あめないと  
おもったら

もし性のことでなやんだときやこまったときは、身近なおとなに相談してくださいね。

学校では、一人ひとりに合った対応と一緒に考えます。

「レインボーフラッグ」→ LGBTQの人権を守る運動の象徴



## みんなの感想

「男やのに」とかもしかしたら相手がきずついてるかもしれないって考えて、言葉選びをきをつけたいなって思った。/自分らしく生きることが大切だと知った。/どんなことでも、かくさず話してもいいんだなって思った。/自分も友達とかに言いやすいかんきょうをつくってあげたらいいなって思った。/友達や知り合いから相談されたとき、「人それぞれちがうから、ありのままの自分でいていいんだよ」と言ってあげられるよう、もう少しLGBTQのことについて知って、その人の役に立てれるようにしたい!! /LGBTQについて聞いたり、日本には何人おるかとかを知れて、世界がけっこう広がった気がした。



## 保護者の方へ

- 春休みの間に、歯の治療や眼鏡の調整などを済ませさせていただきますようお願いいたします。
- 体操服や靴のサイズにつきましても、ご確認をお願いいたします。
- 今年度も保健活動にご協力いただきありがとうございました。
- お子様の心身の健康についてのご相談や、学校の保健活動についてのご意見等がございましたら、いつでも保健室までご連絡ください。来年度もどうぞよろしくをお願いいたします。

