

# ほけんだより



保護者の皆様へ  
市が洞小保健室  
令和4年10月

10月に入り、朝夕涼しくなってきました。季節の変わり目は体調を崩しやすい時期です。

ご家庭での朝の健康観察をしっかりと行い、体調がすぐれない時は、無理をしないようにしてください。

また、この時期は、活動内容によっても、暑くなったり、寒くなったりして、体温調節がむずかしくなります。脱ぎ着のしやすい上着で調節できるように服装の声掛けもお願いします。

涼しくなってくると、時々、水筒をもたずに学校にくる子がいます。しかし、涼しくても学校で活動すると、のどが渇き、水分不足で体調を崩すこともあります。これからも、十分な量の水分を持たせてあげてください。



### 最近の子どもたち(9月)

<来室者数>

内科:平均 4.8人/1日

外科:平均 9.1人/1日

<病院で手当てを受けた人>9人

今後の保健行事 (状況によって変更する場合があります)



日にち	行事
10月27日(木)	いのちの授業【6年】 テーマ:命のたん生 講師:平木美由紀さん(助産師)

☆身体測定・視力検査(9月・10月)の時に、ミニ保健教育を行いました☆

1年生	めのはなし	4年生	すいみん列車の旅
2年生	どんな うんち かな?	5年生	あなたも保健室の先生になろう!
3年生	めざましスイッチ! 朝ごはん	6年生	修学旅行前の指導



## 「同意」と「バウンダリー (境界線)」のはなし

5, 6年生の宿泊行事前の思春期指導では、体や心の成長について学びました。その際、自分やほかの人を大切にするための「同意」と「バウンダリー (境界線)」という言葉を学習しました。

「バウンダリー」は、その人が「いやだ」と思うことと「大丈夫」と思うことを分ける、目には見えない境界線のことを言います。境界線は、人によって違います。また、相手や状況によっても変わります。そのため、なにかをする時は、相手が「同意」しているかを聞いてみる必要があります。「いいよ (YES)」と返事が返ってきたら同意が得られたということになります。はっきりしない返事や、「いやだ (NO)」は同意していないということです。だれかを力づくで同意させることは、本当の同意ではありません。

同意はコミュニケーションの基本です。しかし、親しい関係ほど「なんとなく」「いつもそうだから」「わざわざ聞くのはちょっと…」と声に出して聞かなくなってしまう。

相手を尊重するために、大人も子どもも「同意を得る」ことを、大切にしていきたいです。

【参考文献】こどもを守る言葉『同意』って何? YES, NO は自分が決める CONSENT (FOR KIDS!)

レイチェル・ブライアン 作 中井はるの 訳 集英社

