

ほげんだごまり 11月

秋も深まり空気がひんやりする日が増えてきました。一日の寒暖差が大きくなるためか、体調をくずす人が増えています。これからの時期は、いろいろな感染症が流行しやすいので手洗い・うがい、規則正しい生活で風邪を引かないようにしっかりと予防していきましょう！

は おこな 歯みがきテストを行います

保護者の方へ
ご協力をお願いします。



11月 7日(木) カラーテスト 錠剤、テスト用紙配付
11月 11日(月) テスト用紙の提出

みがきのこしはないかな？

かる ちから 軽い力で、こきざみにみがくのがポイントだよ

歯みがきパトロール隊



① みがき残しやすいところ ①

歯と歯のあいだ

歯ブラシの毛先が届くようにみがこう。それでも届かないところは、デンタルフロスを使うときれいに取れるよ。

② みがき残しやすいところ ②

歯と歯ぐきのあいだ

歯と歯ぐきのあいだに汚れがたまると、歯ぐきが腫れる歯周病になるかも。歯ブラシを45度の角度であてると、きれいにみがけるよ。

③ みがき残しやすいところ ③

奥歯の裏やかみ合わせの溝

奥歯の裏は、歯ブラシを斜めにするとう毛先が届きやすいよ。奥歯のかみ合わせの溝は、歯ブラシを90度にあてていていねいにみがこう。

④ みがき残しやすいところ ④

前歯の裏

下の前歯の裏は、歯ブラシのかかとでかき出すようにするといいよ。上の前歯の裏は、歯ブラシを縦にして1本1本みがこう。

保護者の方へ 5年生 性教育を行いました。

10月19日(土)学校公開日に性教育を行いました。丸山記念病院助産師の金子兼子様・山口幸代様を講師にお迎えし、次の内容について学びました。

◇思春期の心とからだの変化（月経と射精） ◇人との距離感 ◇性の多様性

「たいせつな
からだ・たい
せつなわたし



令和6年度 学校保健委員会を行いました。

10月19日(土) 5年生の性教育に引き続き、助産師 丸山様・山口様より「生と性の話、助産師さんに聞きたいこと」をテーマに、ご講演していただきました。参加していただきました保護者の皆様ありがとうございました。

家庭でできること

バウンダリーとは：自分と他者との間に自分の意志で決める Yes と No を分ける線のこと（境界線）

- ◎親子、兄弟姉妹でも**バウンダリー**が必要。
例えば、子どものスマホは勝手に見ない。許可が必要である。
- ◎性暴力の被害者にも加害者にも傍観者にもならないために No という力、No を受け入れる力を養う。
- ◎子どもの話を信じて受け止める。



性教育ってどんな話

- ◎性教育は人権教育
早い段階でたくさん入ってくる性の情報を「正しい、間違っている」を判断するために必要。
- ◎ネットにあることだけを信じない
子どもは信じやすいので、大切なことは書籍やプロから学ぶことが大切。
- ◎はぐらかさない、嘘をつかない、一緒に調べる。
- ◎困ったときになんでも話せる関係性づくり。
- ◎性について話すタイミングは大きくなって突然ではなく、今から少しずつ積み重ねて話をする。

