

# ほけんだより

令和 7年 6月 3日  
太田市立生品小学校  
～おうちの人とよみましょう～

## プール学習がはじまります

昨日プール開きがあり、いよいよプール学習がはじまります。プールでの学習を楽しく安全に行うために、しっかり準備をしましょう。

《プール学習前に確認！》

①耳のそうじはしてありますか？

耳垢があるとプールに入って膨くらんで、耳が聞こえにくくなる場合があります。

②手足の爪を短く切りましたか？

爪は、伸びすぎていると周りの人に痛い思いをさせてしまいます。

③絆創膏を貼るようなけがをしていませんか？

絆創膏を外すことができないけががあるときは、プールに入れません。

④朝ごはんをしっかり食べましたか？

お腹が空いた状態だと具合が悪くなる可能性があります。しっかり朝ごはんを食べましょう。

⑤しっかり眠れましたか？

睡眠不足や疲れがたまっているとき、プールに入るのはとても危険です。

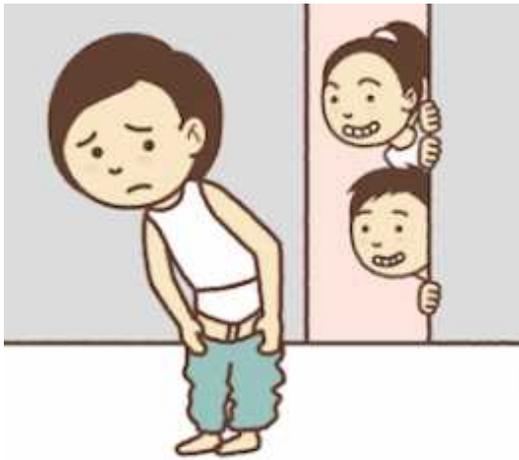


## プライベートゾーンってなんだろう！？



プライベートゾーンって聞いたことがありますか？

水着でかくれる部分と口です。「他人に見せても触らせてもいけない、性的に関係ある、自分だけの体の大切な場所」です。そして、自分にとって、とても大切な場所であると同時に、ほかの人にとっても、とても大切な場所でもあります。



上のイラストを<sup>み</sup>てみて、<sup>う</sup>こういうことあるかも！<sup>おも</sup>と思った人は<sup>ひと</sup>いませんか？  
 自分<sup>じぶん</sup>のプライベートゾーン<sup>たいせつ</sup>が大切<sup>たいせつ</sup>なのと同時<sup>どうじ</sup>に、ほか<sup>ほか</sup>の人のプライベートゾーン<sup>ひと</sup>も大切<sup>たいせつ</sup>です。ですから、**みたりさわったりしてはいけ<sup>ふ</sup>ない部分<sup>ぶん</sup>**です。



- きがえをのぞく
- からだにさわる
- スカートめくり
- ズボンおろし など

これらのことは、人のプライベートゾーン<sup>ひと</sup>におりやり<sup>おり</sup>立ち入<sup>い</sup>ることですから、絶対<sup>ぜったい</sup>にしてはいけ<sup>い</sup>ないことです。

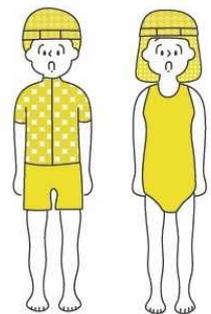


もしもだれかにみられたり、さわられたりして、「いやだな<sup>お</sup>」と思う<sup>い</sup>ようなことがあ<sup>あ</sup>ったら、勇気<sup>ゆうき</sup>を出<sup>だ</sup>して『やめて！』<sup>い</sup>と言ってその場<sup>ば</sup>からはなれ、信<sup>しん</sup>頼<sup>り</sup>できる大人<sup>おとな</sup>の人に相談<sup>そうだん</sup>してください。

おうちのかたへ

水泳指導が始まるにあたり、「プライベートゾーン」について、各学年の発達段階に応じて、子どもたちに担任から指導をします。

男の子も女の子も関係なく、群れて遊ぶ1年生から、体の変化が大きく、成長の個人差が大きくなり、すっかり大人の体に近づいた6年生までいる学校。ぜひご家庭でもプライベートゾーンについての話をお子様の実態に合わせてお話しいただけるとありがたいです。



ポイント① 自分の体は自分のもの

ポイント② 他人のプライベートゾーンを見たり触ったりしてはいけ<sup>い</sup>ない

ポイント③ 体のどこであっても、少しでもイヤな気持ちになったら「イヤだ」といってよい。少しでもイヤだなと思ったときは、『イヤだ！』『やめて！』と言って、その場から離れて（逃げて）、周りの大人の人に話をしてね」と教えておくことで、子ども自身が自分の体を守ることにつながります。