

えかお

令和7年2月28日
柏崎市立二田小学校
No. 16

2月は新型コロナウイルス感染症にかかる人がぽつりぽつりと出ていましたが、各自が感染症予防をしっかりとしてくれていたこともあり、大きく広がることはありませんでした。気温が下がったり上がったりと、体温調整が難しく体調を崩してしまいやすい時期です。よい生活習慣を意識したり、お風呂に入るときはゆっくり湯船につかって体を温めたりするなどして、体調を整えていきましょう。



3月3日は耳の日です。普段、大音量で長時間音楽を聴いたり、ゲームをしつたりしていませんか？

「メディアの使いすぎで目が疲れた」と感じることはあるかもしれませんが、「耳が疲れた」と感じたことがある人は少ないと思います。

耳も目と同じく使いすぎると疲れてしまいます。だんだんと耳が聞こえにくくなり、気が付いた時にはほとんど聞こえなくなっていた…となってしまうこともあります。

音量を下げたり、定期的に耳を休めてあげたりして、耳を大切にしていましょ。う。

みみ へん
耳が変

びょう いん
こんなときは病院へ



き
聞こえにくい

みみ いた
耳が痛い

みみ な
耳鳴りがする

（このような症状があるときは病気の可能性があります。早めに病院に行きましょう。）

ありがとうの
効果

「ありがとう」と口に出していますか？この言葉には言った人にとっても、言われた人にとっても、良い効果がたくさんあることがわかってきました。

3月9日はサンキューの日です。たくさんの人に日頃の感謝を伝えていきましょう。

けん こう
健康になる

しあわ
幸せになる

ポジティブになる

にん げん かん けい
人間関係が
よくなる



かんしゃ ことば ぐち し ぶん まわ ひと
感謝の言葉を口にして、自分も周りの人も
すてきな1日を過ごせるようにしましょう。

2月に全学年で「性に関する教育」を行いました！

1年生「男の子、女の子」 14日(金)

男女のからだの違いや、「性器」には赤ちゃんのもとをつくる大切な働きがあることを学び、自分や友達の「性器」を大切にするためにどうすれば良いかを考えました。

2年生「おめでとう 赤ちゃん」 25日(火)

赤ちゃんが生まれてくるまでの過程を学習するとともに、自分が生まれてくるまでの家族の思いや願いを知りました。



3年生「感じ方は いろいろだね」 20日(木)

いいタッチ、悪いタッチについて学習し、一人ひとり感じ方は違うということや、自分が嫌だと感じた時に、どのように相手に伝えれば良いかを学習しました。



4年生「思春期の体の変化」 20日(木)

思春期にあらわれる男女それぞれの体の外側の変化や内側の変化、心の変化について学習しました。また、成長には個人差があり、一人ひとり違うことについて学習しました。

5年生「自分で自分を守ろう」 12日(水)

近年、SNS から起因する性被害が増えているという実態を確認し、自分が被害者や加害者にならないためにできることを考えました。

6年生「お互いを大切にしながら」 26日(水)

性別は男女だけでは分けられず、一人ひとり違うということや、「普通」を押し付けるのではなく、相手のことを知り、互いを思いやることが大切だということについて学習しました。

学年毎に発達段階に応じた内容を学習しました。「性に関する教育」はとても大切なことですが、なかなかご家庭内で話し合う機会がないかもしれません。体が大人に向けて発達してくる小学生は、「性」について興味が出てくる時期でもあります。その時に、インターネットなどから誤った情報を得てしまわないように、この機会にご家庭内でもお子さんと学習した内容について話をしていたけるとありがたいです。



おしゃべりタイム

2月号

みなさん、こんにちは。スクールカウンセラーの〇〇 〇〇です。
「自己肯定感を高める子どもへの接し方」の続きです。

⑤ 子どもの意思を尊重して決めさせる

⇒ 日々の生活の中で、子どもが意思決定をするチャンスがあります。ですが、意識しないと無意識的に大人が奪っていることがあります。子どもが決めたときは、「良いのを選んだね」等、その決定に自信をもたせる言葉がけをしましょう。

⑥ 長所をとことん伸ばす

⇒ 子育てをしていると、どうしても子どもの短所が目につき、その短所を克服しようとしがちですが、長所を伸ばすことに集中すると、子どもはその分野で成功体験を積むことができ、自信がつきます。子どもの長所を引っ張り上げると、他の部分も一緒についてくるように伸びていきます。

⑦ 自己肯定感を上げる言葉

上げる3つの言葉 ⇒ あなたが大好き、いつでもあなたの味方だよ、
生まれてきてくれてありがとう

今年度のスクールカウンセラー訪問は終了しました。
「おしゃべりタイム」は次回、3月号が最終回となります。