



# 学校だより

平成 25 年 12 月 6 日

四日市市立小山田小学校



学校保健委員会 「排便の大切さ」

PTA 子どもの未来を語る会 「自分で守ろう命・心・体」



6 年生の子どもたちと保護者と学校職員が参加しました。

健康委員会の発表と松岡さんの講演を聴いて、子どもたちは自分を大切にすることについて学びました。大人は子どもたちの健やかな成長を願い、将来にわたり見守り支援することを改めて考える機会となりました。

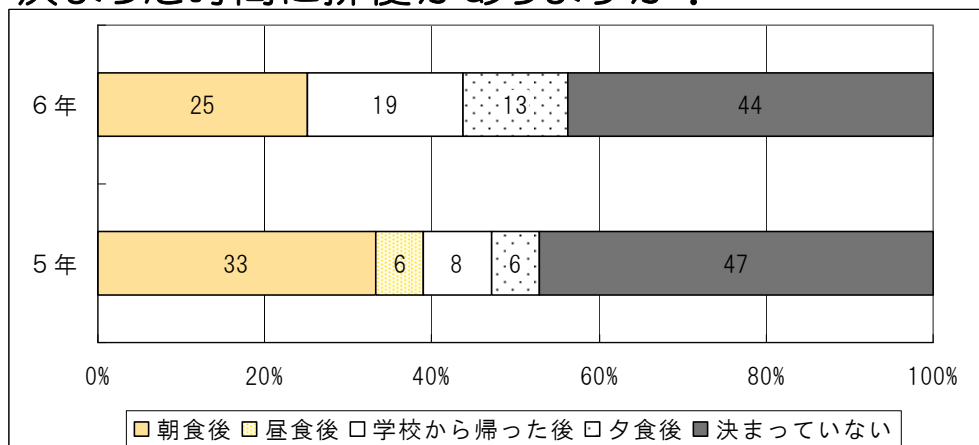
松岡さんからは、「子どもたちの聞く姿勢がすばらしい。」と感想をいただきました。以下に、それぞれの会の様子を紹介します。

## ○学校保健委員会

11 月 28 日（木）「生活習慣を振り返り、排便の大切さを知ろう！」というテーマで、学校保健委員会を行いました。短い時間ではありましたが、健康委員会の児童によるアンケート結果の発表やクイズ、養護教諭からの話をさせていただきました。

アンケートは 5・6 年生を対象に行ったもので、その一部を紹介します。

### 決まった時間に排便がありますか？



5・6 年生とも約半数の人が「決まっていない」と答えました。

排便は、毎日でなくても、2・3 日おきでも問題ありません。要は、それなりのリズムで排便があり、排便後に「スッキリ感」があるかどうかです。早寝早起きをすることで、時間に余裕を持って朝ごはんを食べることができ、トイレへ行く時間が作れます。

排便と生活習慣は大きく関係していますので、ぜひこの機会に、生活習慣を振り返ってほしいと思います。

「ほけんだより」にも詳しく載せさせていただきます。 （文責 鈴木）

# PTA 子どもの未来を語る会

PTA 子どもの未来を語る会（文化交流部主催）では、以前講演をしていただいてまた是非聴きたいという声から、みっくみえの松岡典子さんに「自分で守ろう命・心・体」という演題でお話いただき、保護者と6年生の子どもたちとで聴きました。子どもたちは成長に伴って起こる心と体の変化について興味深く聴くことができましたし、保護者は変化していく子どもたちにどう接していけばいいのかを考えながら聴くことができました。

子どもたちと保護者の方から寄せられた感想の一部をご紹介します。

（子どもたちから）

話を聞いて、思春期に心と体にどんな変化があるのかよく分かりました。自分の体は自分でしっかりと管理しなければならないことも分かりました。これから中学に入るけど、今日聞いたことをいかしていきたいです。

ぼくは、たぶん今が思春期だと思います。なぜかという、いろんなことにイライラしているからです。だから、今日教えてもらったように、人を傷つけたりせずイライラをはっさんして無事に思春期を終えれたらいいなと思いました。本を読んでもらって、お母さんは痛い思いをしてぼくを産んでくれたんだと思いました。だからちゃんと自分を大切にしたいなと思いました。

（保護者の方から）

松岡先生の講演をととても楽しみにしていました。初めて聴かせていただいて、大人の私でも安心できる語り口調で、一方的に話すだけでなく会話のようで近く感じられて良かったです。先生のソフトだけど直球な言葉に「えっ、こんなこと理解できているのかな…」と思う場面もあり、大事なことを話す、話し合えるコミュニケーション作りも課題だと思いました。困ったこと・抱え込んでいることを話せる環境づくりも大切ですね。

思春期なんだからと思いながらも、ときどき感情的になってしまったりしている自分が嫌になったり、子どもに逆効果になってしまったりの繰り返しでした。今回講演に参加させてもらって、すごく気持ちが楽になりました。同じ子どもを持つ保護者の方と色々な機会に話をさせてもらえると、安心できるし自分の気持ちの切り替えになるので、交流会はありがたいです。

「いのち」の大切さを改めて感じることができ、良い勉強となりました。ありがとうございました。また是非講演をお聴きしたいです。

たくさんの感想をいただきました。  
すべて紹介できなくてすみません。

文責（細見・川本・古橋）