



令和7年 1月 14日  
府中市立府中第一小学校  
校長 宮内 和夫  
保健室 船山 陽子・山口奈那子

府中第一小学校では、12月にインフルエンザによる学級閉鎖がありました。また、溶連菌感染症、マイコプラズマ肺炎、伝染性紅斑（りんご病）と診断された児童も多かったです。感染症は、**登校許可証**が必要になります。



インフルエンザの主な症状

### 3枚複写の登校許可証

溶連菌感染症・マイコプラズマ肺炎・感染性胃腸炎(ノロウイルス他)など 14 種類の感染症については、学校からお渡しする3枚複写の登校許可証を医師に記入していただく必要があります。

### ホームページからダウンロードできる登校連絡票

インフルエンザ・新型コロナ・伝染性紅斑(りんご病)・手足口病などについては、医師の診断を受け、保護者に記入していただく用紙です。学校からお渡しすることもできます。

ダウンロード先 [一小ホームページ](#) > [保護者のみなさんへ](#) > [保健室からのお知らせ](#)

※感染症と医師から診断された場合は、速やかに学校に連絡してください。

## 身体計測・保健指導を行います

3学期が始まるとすぐに身体計測が実施されます。計測と同じ時間に学年ごとにテーマを設けた保健指導を行います。

お子さんがどのような内容を学んだか、ご家庭でもお話を聞いていただければと思います。

### 1年生 ★いろいろな家族★

まず、お父さんだけの家、お母さんが二人の家など世界には家族の形はたくさんあることを伝えます。次に、絵本「タンタンタンゴはパパふたり」の読み聞かせをしました。アメリカの動物園で2羽のオスペンギンがカップルとなり、放って置かれた卵を育てる実話です。



参考文献  
メアリ・ホフマン『いろいろ いろんな かぞくのほん』少年写真新聞社  
ジャスティン・リチャードソン&ピーター・パネル  
『タンタンタンゴはパパふたり』ポット出版

## 2年生 ★赤ちゃんのはじまり★

「赤ちゃんのはじまりってどんなかな？」

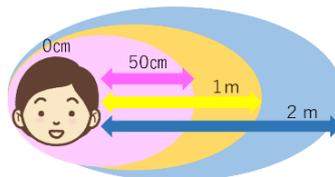
2学期に「おなかの中の赤ちゃん」について勉強しました。生まれる直前の赤ちゃんから、だんだんタイムスリップをしながら、おなかの中の赤ちゃんの様子を見ていきます。赤ちゃんのはじまりはなんなのか？4年生の保健の学習につながる内容です。

## 3年生 ★「OK!」「NO!」は自分できめる★

自分がOKだから、友達もOKなのでしょうか？

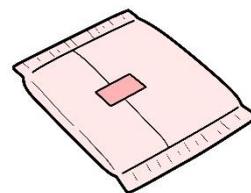
ちょうどいい距離感とは、「自分が大丈夫だと思える距離」のこと。ちょうどいい距離感是人によって違います。

しかし、距離感には目には見えない透明なバリアなので相手には伝わりません。相手とちょうどいい距離感を保つために「自分の気持ちを伝える」と「相手の気持ちをよく聞くこと」を指導します。



## 4年生 ★射精・月経をくわしく知ろう★

2学期に保健「体の発達」の授業において、射精と月経の仕組みについて一緒に授業をしました。今回は日常生活で困ることを指導していきます。具体的には下着を汚してしまった時やナプキンのつけ方です。異性の体のことを学ぶ機会はありません。このチャンスを活かして学んでほしいと思います。



ナプキン

## 5年生 ★脳・心のトレーニング★

2学期の保健の学習で、心の健康について学んできました。心と脳のつながりを復習しながら、脳の仕組みについて学んでいきます。また、ストレスをコントロールするために、生活の中でも生かせる呼吸法（腹式）を学び、息を吐く事の大切さを実習します。

## 6年生 ★自己受容★

自己受容とは「ありのままの自分を受け入れること」です。私たちはたくさんの人と出会います。どの関係も大切ですが、最も長い時間を過ごし、大切な関係は自分自身です。自己受容を高めるために、自分と向き合う時間の大切さ、向き合う方法を指導します。

