

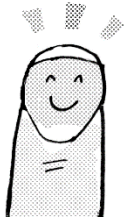
# 6月 ほけんだより

知立市立来迎寺小学校  
令和8年度

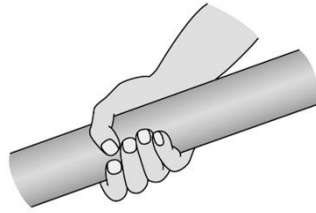


今朝の全校集会で、安全・安心に水泳に参加するために、「つめ」と「プライベートゾーン」の話をしました。ご家庭でも、ぜひ一緒に考えてください。

## つめの役割は



指先を守る



物をつかみやすくする



体のバランスを保つ

## つめがのびているとどうなるの？

突き指や割れづめ

でげがをするかも



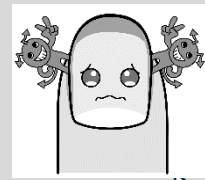
人を傷つけて

しまうかも



つめのすき間の汚れや

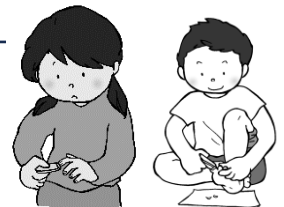
ウイルスで体調を崩すかも



## つめを切る時のポイント

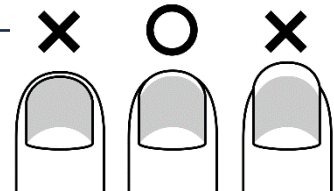
その1 週に1回、つめを切る日・時間を決めましょう

つめは1日に約0.1ミリ、一生伸び続けます。忘れずに切ることが大切です。



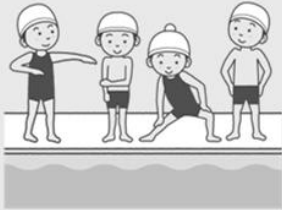
その2 爪の先に少し白い部分が残るくらいの長さで切りましょう。

切り過ぎは×。少しずつ爪切りを動かして切るのがポイントです。



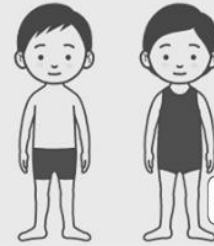
じぶん からだ ほか ひと からだ たいせつ いしき も  
**「自分の体」も「他の人の体」も大切にすることを意識を持ちましょう**

おうちでお風呂にはいるときは  
 水ぎをきないのに、  
 プールにはいるときは、  
 どうして水ぎをきるのかな？



1 2

水ぎでかくれるところは  
 じぶんだけの  
 たいせつなところだからだよ



いろんなひとにみせるところ  
 じゃないだね！

ロ・カお もたいせつだよ！

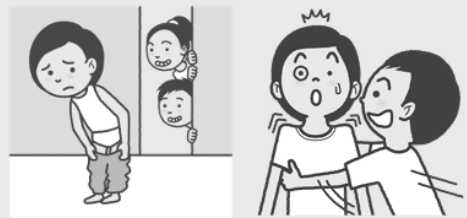


3 4

水ぎでかくれるところは、  
 ほかに人に見せたり、さわらせたり  
 しないようにしましょう



ほかの人の水ぎでかくれるところ  
 もたいせつで、見たり、  
 さわったりしないようにしましょう



文部科学省 「生命（いのち）の安全教育」より

きょうかいせん りかい ふか  
**境界線のルールについて理解を深めましょう**

福岡県 小学校高学年向け性暴力根絶啓発動画「境界線ってなに？」



ここでいう境界線とは、自分と他人を分ける線のことです。みんなの安心・安全を守るためには、自分の境界線も他人の境界線も大切にすることが必要です。

動画 URL⇒<https://youtu.be/uam019v3o80?si=ZGbjH1wuEwD8TU9p>

小学校高学年向け性暴力対策啓発冊子「境界線ってなに？～自分も相手も守る透明バリア～」のパンフレット PDF⇒

<https://www.pref.fukuoka.lg.jp/uploaded/attachment/165188.pdf>

