



保健室

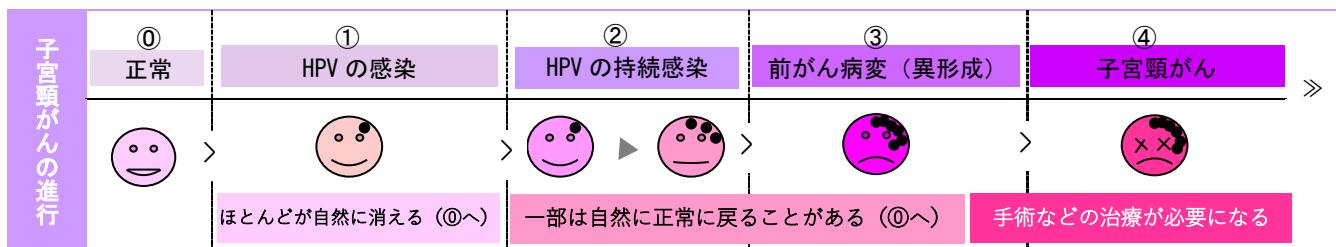
「子宮頸がんを予防しよう！」

子宮頸がんとは？

- ・日本では毎年、約1.1万人の女性が子宮頸がんにかかり、約2,900人が子宮頸がんで亡くなっています。
- ・また、若年齢層で発症する割合が比較的高いがんです。患者さんは20歳代から増え始めて、30歳代までにがんの治療で子宮を失ってしまう（妊娠できなくなってしまう）人も、1年間に約1,000人います。

▶ 子宮頸がんにかかるのはなぜ？

- ・子宮頸がんは、子宮の頸部という子宮の出口に近い部分にできるがんです。
- ・HPV（ヒトパピローマウイルス）の感染が原因と考えられています。
- ・感染は、主に性的接觸によって起こり、女性の多くが一生に一度は感染するといわれています。



子宮頸がんで苦しまないために できることが2つあります。HPVワクチンを受けた方も検診をお忘れなく！

1 HPVワクチン	▶ HPVの感染を予防します
2 子宮頸がん検診	▶ がんを早期発見し治療します。 ▶ 20歳以上の方は、定期的に受診を

- ・ワクチンで防げないHPV感染もあるため、子宮頸がん検診を定期的に受診することが大切です。
- ・HPV感染は主に性的接觸により起こります。パートナーと共に性感染症の予防も忘れずに。

HPVワクチン 定期接種対象者

小学校6年～高校1年相当の女の子を対象に

子宮頸がん予防のためのHPVワクチンの公費による接種を提供しています。

高校1年生相当（今年4月1日時点で15歳）の女の子は、

公費による接種期間の最終年度にあたります。



○HPVワクチン接種は合計3回（※1）で、完了するまでに約6か月かかります。

○公費による接種を希望する場合は、遅くとも今年の9月（※2）までに1回目のワクチンを接種する必要があります。

○公費による接種が終了となる来年の3月末は、予約が取りづらくなる可能性もありますので、余裕をもったスケジュールでの接種をご検討ください。

（※1）15歳未満で9価HPVワクチンを接種した方は、合計2回で完了する場合があります。

（※2）最短4か月で接種を完了することもです。その場合は、遅くとも今年の11月までに1回目のワクチンを接種する必要があります。

幼稚部

幼稚部の性教育は、『きれいだいすき』『おおきくなるからだ』『そだてよう』『みんななかよく』の4つの柱で、生活全般を通して取り組んでいます。『きれいだいすき』の指導の土台となるのは、基本的な生活習慣を身に付けていくことです。そして、その心地よさに気付いていけるように日々取り組んでいます。

そこで今回は、“身の回りの清潔”をテーマに幼稚部での取組を紹介します。



★ 身の回りの清潔～日々の 一つ一つの経験を 積み重ねていこう！～

排せつや衣服の着脱、体の清潔などの指導の土台となるのは、基本的な生活習慣を身に付けていくことです。そのためには、学校での指導だけでなく家庭での取組が大切です。そこで、幼稚部では学校での指導と家庭での状況を情報交換しながら日々指導に取り組んでいます。特に登校時には、母子分離までの20分程度の時間に荷物の片付けや着替え等を一緒に行いながら、食事や睡眠、体調、家庭での様子や、学校での様子、指導方法などについて情報交換し、保護者と共に理解を深められています。

＜大切にしていること＞

見通しをもって幼児期に必要な経験を積み重ねていけるように、表や手順表などを利用して、できるだけ安心して活動に取り組めるようにしています。また、「外から帰ったら手洗い」「ごちそうさまの後は歯磨き」といったように普段のスケジュールの中で学習して繰り返し取り組んでいます。

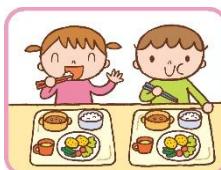


○給食時の手順カード

- ・手順を視覚的に分かりやすくしている。
- ・それぞれの受けにマッチングさせながら入れて、流れが分かるようにする。

＜家庭との連携＞

幼児期の指導においては、特に家庭との連携が重要です。



○家庭で、後ろ身ごろの裾にワッペンやボタンなどの印を付けてもらっている。

学校で使う手順表を取り入れて、手洗いや歯磨きなどに取り組んでいるという家庭もあります。

手洗いでは、家に帰ってからも学校と同じ手順に沿って合い言葉を言いながら洗うことができている人もいます。歯磨きや着替えなどその他の取組でも、学校と家庭で子どもが分かりやすい方法を互いに共有して、取組に活かせるようにしています。

手順表を使うことで、いつも同じ流れで取り組むことができ、少しづつ自分から行動できるようになってきています。毎日の繰り返しで良い生活習慣を身に付けてほしいと思います。

各学年で「性に関する指導」の授業を行い、思春期の身体と心の変化、守るべき約束やきまりなどについて学習しています。今回は、2学期に行った授業の様子をご紹介します。ご家庭での支援の参考にしていただけたらと思います。

○パーソナルスペース

パーソナルスペースとは、他人に入られると不快に感じる自分の周りの空間のことと言います。友達と仲が良いことはすばらしいことですが、他者に近付き過ぎることなく、適切な距離を保ってコミュニケーションを取ることを身に付けなければなりません。友人、知人と接するときはワンアーム(腕1本分)の距離が目安、先生や来校された大人の人と接するときはツーアーム(腕2本分)の距離が目安であると学習しました。

○体の清潔（お風呂での体の洗い方）

2年生は宿泊学習、3年生は修学旅行を控えていたこともあり、体を洗う手順や洗い方について学習しました。「体をしっかり洗うことの大切さ」について、一人ひとりが理解できるよう、実際の動きに近い形でシャワーへッドをイメージした教具を用いて水の流れを再現し、ハンカチをボディータオルに見立てて、どの部分をどのように洗うとよいのか視覚的に確認できるよう工夫しました。身体をきれいに保つことには、気持ちがすっきりする、においを防ぐ、肌を清潔に保つなどさまざまな効果があることを伝えると、生徒たちは興味をもって取り組む様子が見られました。特に、普段は洗い忘れがちな耳の後ろや首周り、足の指の間などに意識を向けることができ、「ここも洗うんだね」と新たな気付きを得ている姿が印象的でした。また、宿泊学習、修学旅行では大浴場を利用するため、入浴時に気を付けるべきことについても詳しく学びました。大浴場では他の人が裸でいるため、どうしても視界に入ってしまう場面がありますが、それは「むやみに見ようとしているわけではない」とこと、「必要以上に見ないように気を付けること」の違いについても丁寧に説明しました。自分の体についても、堂々としつつもむやみに見せないという姿勢が大切であることを学習しました。特に思春期に入り、身体の変化が気になりやすい時期でもあるため、自分の身体と他の人の身体を大切にする意識づけを目指して学習を進めました。また、大浴場では周囲にたくさん的人がいるため、順番を守ることや洗い場をきれいに使うこと、シャワーの水が周りに飛び散らないように気を付けることなどのマナーを確認しました。

今回の学習を通して、生徒一人ひとりが自分の身体を大切にする気持ちをもち、他の人に対しても思いやりをもった行動をすることの大切さを再確認できました。今後も修学旅行や宿泊学習など実際の場面があるため、今回の学習が生かせるよう引き続きサポートしていきたいと思います。また、日常生活のなかでもプライベートゾーンの考え方を意識し、自分も周囲も安心して過ごせる環境づくりにつなげていけるよう、継続した指導を行っていきます。





高等部は、性に関する授業を学期に1回、各学年、各類型に分かれて行っています。今回は、「自分らしく生きるために」というテーマで行った2年2・3組の授業内容をご紹介します。

教材は、電子黒板、Keynoteとパワーポイントの資料、NHK ONE for Schoolの性教育関連動画「男らしく、女らしくがいいの?」「田中さんのなやみ～みんなが自分らしい服を着られたらいいのに～」、ワークシート等を使用して授業を進めました。参加した生徒は、2年2組(5名)、3組(6名)、合計11名でした。

まずは、「あなたが好きな〇〇は?」という質問で、各自が好きなお菓子、好きな色、好きなテレビ番組、好きなアーティスト、好きな髪型、好きな服装などについて考え、ワークシートにまとめました。生徒達に「好きな〇〇」について発表してもらうと、友達と共に通するものもありましたが、みんなそれぞれ違いがあることが分かりました。

次に、「女性らしい〇〇は?」「男性らしい〇〇は?」という質問で、色(ピンクまたはブルー)や髪型(ロングまたはショート)、服装(スカートまたはズボン)について考えました。色や髪型、服装については、一般的なイメージが強く影響しており、女性らしいのはピンク、男性らしいのはブルー、女性らしい髪型はロング、男性らしいのはショート、女性らしい服装はスカート、男性らしい服装はズボン、という意見が多かったです。



それぞれ意見が出たところで、NHK ONE for Schoolの「男らしく、女らしくがいいの?」の動画を視聴しました。生徒達は、現代の「女性らしい」「男性らしい」という考え方ではなく、絶対的なものではないことや一般的なイメージや考え方にはとらわれず、「自分らしさ」が大切であるということに気付いてくれたと思います。

また、「田中さんのなやみ～みんなが自分らしい服を着られたらいいのに～」の動画を視聴して、人の性には「体の性」と「心の性」があり、さまざまな性の意識をもつ人達がいることを学びました。これからは、自分のもっている狭い知識と価値観だけで判断するのではなく、LGBTQ+ (性的マイノリティ)について正しい知識を身に付け、相手を理解し尊重していくことが大切だと伝えました。

最後に、世界中に住む人々の違いについて考えてもらいました。世界中には、国、言葉、肌の色、文化や考え方など様々な違いをもつ人達があふれています。今回学習した「性」についても同じで、人それぞれ違いがあるのは自然なことです。生徒達には、授業を通して、「自分らしさ」を受け入れ、自分自身を大切にすると共に、友達の「その人らしさ」にも目を向け、自分と同じように大切にする気持ちをもってほしいと思います。