

# ほけんだより

令和3年度  
第6号

令和3年12月24日  
喜界町立草町小学校  
俣保 健 室

8月に町内で新型コロナウイルス感染症が急激に感染拡大し、大人も子どもも感染に対する不安と隣り合わせで始まった2学期だったのではないのでしょうか。感染状況が落ち着き、こうして2学期を終えられることを嬉しく思います。

コロナ禍以前の生活に戻るには、まだ時間がかかりそうですが、新しい年が皆様にとって、心穏やかな一年になりますよう、お祈り申し上げます。

よいお年をお迎えください



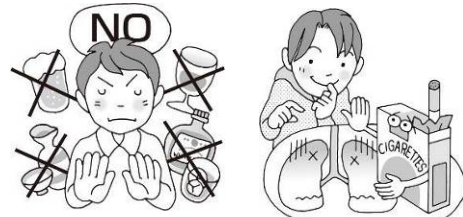
## 薬物乱用はダメ、ゼツタイ～学校薬剤師による薬物乱用防止教室より～

12月2日(木)に、学校薬剤師の久保先生(奄美市・久保薬局)による薬物乱用防止教室が行われ、4～6年生が参加しました。薬物乱用防止教室では、未成年の飲酒や喫煙の害についても話がありました。

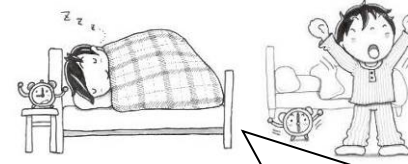
クリスマスやお正月などのイベントの場では、子どもたちが身近な大人の飲酒や喫煙の様子を見る機会が増えます。大人が楽しそうな様子であれば、子どもたちも「1回くらいだったら…」と飲酒や喫煙に興味を持ったり、ジュースと間違えてアルコール飲料(※ノンアルコール飲料も含みます)を誤飲したりすることにつながる可能性があります。また、中には大人の方が面白がって子どもに飲酒や喫煙を勧めるというケースもあるようです。

子どもの体は、大人の体とは違います。大人に比べ、少ない量でも急性症状が出る危険性が高まります。

授業を受けた子どもたちからは、「もし、お酒やタバコを勧められても、はっきり断ろうと思います」といった感想が寄せられました。



## ふゆやす げんき す 冬休みも元気に過ごすために…



① 早寝・早起きをする。

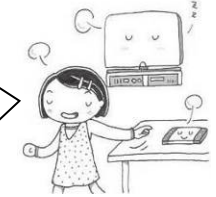


② 朝ご飯を毎日食べる



③ 適度な運動  
家事を手伝うのも体には良い運動です。

④ ゲームやテレビは時間を決める。



令和4年1月11日(火)の始業式に、みなさんが元気に登校してくれるのを待っています♪

## ねまつねんし し かしんりょうじょうほう 年末年始の歯科診療情報

年末年始は、町内にあるすべての歯科医院が休診になります。歯や口の健康で気になることがある場合は、休診前に受診や相談をしておくことをお勧めします。



歯科医院	休診期間
大山グランド歯科	12月30日(木)～1月3日(月) → 1月4日(火)より通常の診療
ファミリー歯科	12月28日(火)～1月3日(月) → 1月4日(火)午前のみ診療 1月5日(水)より通常の診療
林 歯科	12月29日(水)午後～1月3日(月) → 1月4日(火)より通常の診療

※ 裏面も御覧ください。

# か こころ けんこうかんり コロナ禍の心の健康管理について

## だい かがっこう ほけん いんかい ～第2回学校保健委員会より～

12月9日（木）に学校保健委員会を開催しました。ロードレース大会や学級PTAもあり、保護者の皆様にとって慌ただしい1日だったのではないのでしょうか。参加して下さった保護者の皆様、ありがとうございました。学校保健委員会に参加できなかった保護者の皆様へも資料を配付しました。御覧いただいたでしょうか？今回の学校保健委員会で保護者の皆さんにお伝えしたかったことをまとめました。ぜひ、お読みください。

なんどい き  
何度言っても聞かないのであれば、どなるのはしかたがない…

たた こと も「しつけ」のためなら時には必要…

⇒ まずは、この認識から改めましょう！



じどう そうだんしょ じどう ぎゃくだい そうだん  
児童相談所への児童虐待の相談  
件数は増加の一途をたどっており、  
子どもの命が失われる痛ましい  
事件が続いています。この中には、保  
護者が「しつけ」と称して暴力・虐  
待を行い、死亡に至るといった  
重篤な結果につながるものもあり  
ます。

こうしたことを踏まえ、2019年6  
月に成立した児童福祉法等の改正法  
において、体罰が許されないものであ  
ることが法定化され、2020年4月1日  
から施行されました。

【出典】  
厚生労働省「体罰等によらない子育て  
を広げよう！」パンフレットより

# ひび なか さ かか かた 日々の中で避けたい関わり方～マルトリートメント～

ぎゃくだい おとな こ 子ども たい さ  
虐待だけでなく、大人から子どもに対する避けたいかかわりをすべて「マルトリートメント（マルトリ）」といいます。マルトリは、大きく4つに分類されます。

しゅるい 種類	れい 例
しんたいてき 身体的マルトリ (体罰)	<ul style="list-style-type: none"> <li>たた け 叩く、蹴る</li> <li>ばつ ちようじかんせいざ 罰として長時間正座をさせる など</li> </ul> <p>りせい しこうりよく 理性や思考力 をつかさど ぜんとうぜんや を司る前頭前野 がちぢ が縮みます。</p>
しんりてき 心理的マルトリ	<ul style="list-style-type: none"> <li>ほか こ きょうだいしまい どうきゅうせい くら 他の子（兄弟姉妹、同級生など）と比べる</li> <li>こ 子どもを支配する →「あなたのため！」と親の意見を押しつける</li> <li>ことば ぼうりよく 言葉の暴力 →「だから、あなたはダメなんだ！」と子どもを否定する</li> <li>こ 子どもに夫婦げんかを見聞きさせる</li> <li>こ 子どもを兄弟、姉妹がいるところで激しく叱責する など</li> </ul> <p>ちようりよく つかさど 聴力を司る ちようかく や へんけい 聴覚野が変形し たり、視覚を司 る視覚野が縮ん だりします。</p>
ネグレクト	<ul style="list-style-type: none"> <li>つごう こ 子ども ひとり る すばん 大人の都合で子どもを一人で留守番させる</li> <li>スマホなどで長時間子どもに動画視聴・ゲームを許す</li> <li>子どもに食事や教育を与えない</li> </ul> <p>さゆう のうをつなぎ、うんどうきのう にんち きのう 左右の脳をつなぎ、運動機能と認知機能の バランスをとる脳梁が縮みます。</p>
せいてき 性的マルトリ	<ul style="list-style-type: none"> <li>いやがる 子どもと入浴する</li> <li>※ 子どもが嫌がっていても、性的な発育の兆候が見られる場合（胸が膨らむ、声変わり、脇や性器周りの発毛など）は、異性の親との入浴は控えるようにしましょう。</li> <li>おや ぜんら へ や 親が全裸で部屋をウロウロする など</li> </ul>

【出典】

国立研究開発法人科学技術振興機構社会技術研究開発センター「マルトリ予防」より

こそだ ほごしゃ くろう とりよく ひょうか いっぽう こ のぞ  
子育てにおいて、保護者の苦労や努力はあまり評価されない一方で、子どもの望ましくない言動  
については、「親のしつけ」や「愛情不足」という言葉でひとまとめにされる風潮を感じることもあり  
ます。この風潮が保護者を傷つけ、結果的にマルトリにつながってしまうのではないかと  
思います。お  
こ さん の こと で しんぱい こと や お 困り ごと が あ れ ば、学 校 に も 気 軽 に 御 相 談 くだ さい。