

# 令和7年度 後期に実施した保健教育

## 歯周病の予防（中学部）

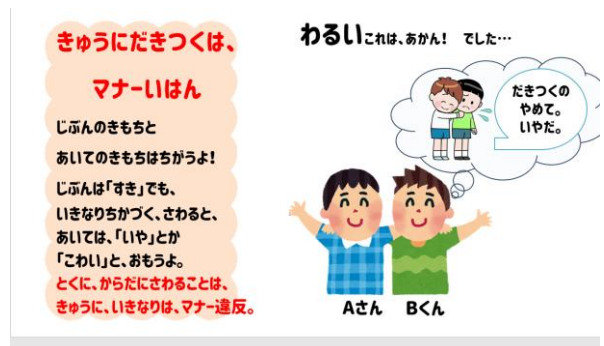
中学部では「歯周病をよ予防しよう」というテーマで歯と歯茎のブラッシングについて学び、歯垢染め出しをして自分の歯みがきの癖や、自分の歯並びに応じてみがき残しが多い箇所を確認し、歯みがきをしました。

デンタルフロスを使って歯と歯の間もていねいにブラッシングの練習をしました。



## 思春期のこころとからだ① 距離感・かかわり方 (中学部)

人とかかかわるとき、仲よくしたいときの距離感、距離感の心地よさは人それぞれ感じ方が違い、場合や相手との関係によっても変わることについて学びました。コミュニケーションゲームをつかって、相手とコミュニケーションをとるときに、同意をとったり、断ったり、お互いに気持ち良いかかわり方を提案しあう方法を練習しました。



# 思春期のころとからだ② 二次性徴でおこる射精と精 通・マスターベーションにつ いて (中学部星グループ)

二次性徴によって起こる体の  
変化について学びました。  
また自分の体のケアとして、  
性器の洗い方や性器を触っ  
てもいい場所、場合、場面など  
具体的に学習しました。  
「体の大事な話だよ」と、最  
初に聞いていたこともあり、  
みんな真剣に話を聞きました。

### 射精（しゃせい）ってなあに？

男の子は11～13さいくらいになると  
ぼっきたペニスのさきから  
精子（せいし）がまざった精液（せいえき）がでてくるよう  
なるよ

このことを射精（しゃせい）というよ  
精液（せいえき）は白く とろっとしているよ

男の友には だれにでも  
おきることでも しんばい  
することは ないよ

射精のときは おしっこをためておくところの  
でぐちはおしているのよ  
精液とおしっこが まざることはないよ

### じぶんで射精をすること

じぶんで ペニスをさわっていて  
きもちがよくなることを 自慰（じい）というよ  
そのとき 射精することもあるよ

自慰（じい）のことを セルフプレーヤーとか  
マスターベーションとか  
オナニーという人もいよ

使った  
ティッシュなど  
あとしまつも  
ちゃんとしよう

人にみられないところで  
するのがマナーだよ

よごれたパンツは じぶんで あらってから  
せんたくかごに いれるのがマナーだよ

### 自分のプライベートゾーンをさわっても、 いいばしょ

おふろ

自分のへや（一人のとき）

ふとんのなか

トイレ

### あらいかた おとこのこ

①ほうひをからだのほうに  
ひいて

ペニスのさきところは  
おしっこなどがついて、  
よぐれやすいです。

じぶんのからだはじぶんで  
あらうことがたいせつです。

いんのうや  
こうもんのまわりも、  
せっけんできよくあらいましょう。

②おゆをかけてペニスのさきを  
あらいます。  
せっけんのあわであらっても  
いいです。

③包皮をもとにもどします

### おとなの男のひとのマナー ふざけて「からだのはなし」を しないよ

ねえねえ、しってる？  
えっちって...  
おっばいって...  
おちんちんって...

ふざけて からだのはなし(プライベート  
ゾーンのはなし、エッチなはなしなど、)  
せんせいや、おともだち、に  
いうのは、だめ！！  
「いやなきもち」にさせるよ。  
きらわれるかもしれない。

「エロいはなしがすきだから、  
エロいことをしてもいいのかな、」  
って、おもひうがいて、  
いやなことをされるかもしれない。

NO

### 夢精（むせい）

よる ねているあいだに 射精することがあって  
このことを 夢精（むせい）というよ

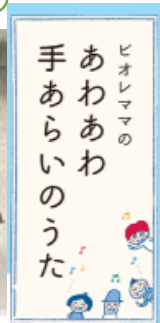
精液（せいえき）のついたパンツは  
じぶんで あらってから  
せんたくかごに いれるのがマナーだよ

## 手洗いの指導（小学部）

「てあらいをしよう」というお話で、手洗いの大切さを勉強しました。さらに、各クラスの子どもたちに応じて、『おててぽん』というシャチハタの手洗いスタンプや、花王の提供教材での手洗い実験をとおして、手洗いの練習をしました。

手の洗い残しが多い、指先、手のひらのしわ、親指の付け根、指の間、手の甲を洗うために、花王の『あわあわてあらいのうた』を使って、手洗いをしました。

おねがい♪カメさん♪～  
あのさんかくの おやまのうえで♪



1・2組はシャチハタの『手洗い練習スタンプ おててぽん』を使って練習をしました。



3組は、花王から御提供いただいた特別支援学校向け手洗い実習教材を使用しました。

# 大人の身だしなみ講座 洗顔・ひげ剃り・メイク（高等部）



社会人の身だしなみをテーマに、洗顔や、ひげ剃り、肌のケア、女子は簡単なメイクについて学びました。



ひげ剃りは普段から家庭で取り組んでいる生徒もいますが、慣れていない生徒も初めての生徒も正しい方法について知ることができました。専用のクリームを使った方がうまく剃れることや、最後に保湿すると気持ちいいことに気づく生徒もいました。中には、ほぼ初めての経験で、とても綺麗に剃れて喜ぶ生徒もいました。

女子は、スキンケアやメイクについて体験しました。ほとんどの生徒が初めての経験で、ドキドキしていましたが、うぶ毛処理をしたりクレンジングや洗顔、保湿をしたりして肌がさっぱりすると良い表情をしていました。まゆ毛やファンデーションなど簡単なメイクにも挑戦しました。

