



# ココカラだより

7・8組女子児童の  
保護者の方へ

とよみ小学校 保健室 令和6年9月26日発行 vol.2

平素より、学校保健教育へのご理解・ご協力をいただき誠にありがとうございます。

本日、7組・8組に在籍している児童向けに月経教育を行いましたことをご報告いたします。思春期になるとホルモンの影響で心も体も変化していきますが、その時期には個人差があります。

児童によっては、3年生で初経をむかえることもあるため、今回は3～6年生の女子児童を対象として授業を行いました。内容は以下に示しております。

授業では色々な質問にも答え、実際に生理用品にも触れながらすすめていきました。

ぜひご家庭においても「授業でどうのことを話したの?」「心配なことある?」など話をするきっかけとしていただければ幸いです。

## 【授業内容】

- ・体の変化について
- ・生理ってなんだろう? (15歳になっても初経がない場合は、病院受診をご検討ください)
- ・生理周期 (初経から3年たつ頃になると安定してくることが多いです)
- ・経血色について (初経時の経血は茶色がかっていることもあり、便と間違えやすいです)
- ・生理用品の紹介 (大きさ、羽ありや羽なしなど)
- ・演習  
ナプキンをショーツへつけてみる,色水をナプキンにかけてみる,使用後の片付け方



【授業の様子】 ※HP掲載のためぼかしをいれております  
何をしているのでしょうか? ぜひお子様に聞いてみてください😊

