



保健室編

大阪市立墨江幼稚園
2024. 11 No7



こころのエネルギー（ゆり組・ばら組）

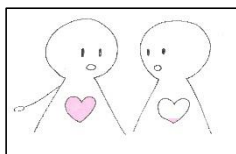
「おやつ食べてるときあったかはハートがいっぱい」

「ケガをしたとき、あったかハートが減ったよ」

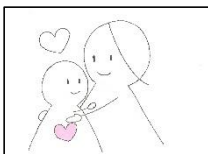
文部科学省がすすめる「いのちの安全教育」は、自分や相手、一人一人を尊重する態度を身に付けることを目指しています。

今月のテーマは「こころの健康」。全部で18枚の絵でつくったおはなしです。大筋をご紹介します。

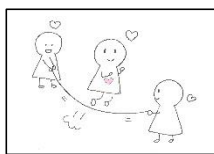
参考：東京女子体育大学 青山有希先生の講演会より



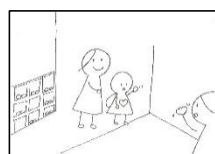
こころの中にあるあったかハート いっぱいの人 少ない人もいるよ。



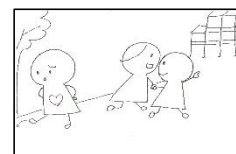
お家の人にグーッとしてもらったら あったかハートがいっぱいになったね。



大好きな友達と遊んでるとき あったかハートは いっぱい！



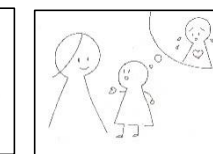
お家の人とバイバイするとき 淋しくてあったかハートが少なくなった人いる？



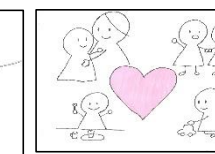
一緒に遊びたかったのに ふたりで行っちゃった。 あったかハートが減っていったよ。



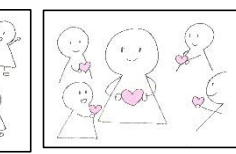
困ったな 悲しいな お友達のあったかハートは からっぽになりそう。



どうしたの？ 困っている人を見つけたら助けてあげよう。先生に知らせよう。



あったかハートを増やす方法。好きなことをすること 助けてって声にだすこと。



友達のあったかハートを増やす方法は意地悪しないこと 困っていたら助けること。

嬉しい気持ちや楽しい気持ちを「あったかハートがいっぱいになる」と表現し、悲しく淋しい気持ちになると「あったかハートが減っていく」として、ハートの中のピンク色の増減で示しました。あったかハートとはこころのエネルギーのこと。大人でもこころのエネルギーが減ることってありますよね。

◆あったかハートが減って元気のない友達に気付いたら、声をかけてあげること。◆自分自身のこころの健康に気付くこと、そして自分のあったかハートを増やす方法◆自分も大事。同じように友達も大事。この3つを伝えたいと考えました。最初は「心臓やで」「髪の毛ないやん」と話しながら聞いていた子どもたちでしたが、次第にじっと耳を傾け始めました。見えないもの（こころ）に気付き、互いを大切にする気持ちが育つように、今後も生活の中でも具体的に知らせていきます。お話の中で、おうちの人にグーッと抱きしめてもらったり、自分が大事にされていると感じたりすると「あったかハート」がいっぱいになることにも触れています。お子さまの心のエネルギーが減っていると感じたとき、こうしてエネルギーを注入してあげてください。お子さまの自己肯定感を高めることにつながります。

「だいじだいじ どこだ？」ばら組・ゆり組

住吉区の保健事業で、ばら組には絵本「だいじだいじ どこだ？」の絵本を読んでいただきました。自分のからだには、自分だけの大事な部分「プライベートパーツ」



があり『断わりなく、誰にも見せない・触らせない』というおはなしです。性被害・性暴力を防ぐ教育のひとつですが、幼児期から自分のからだを大事にすることを知らせます。ゆり組にもこの絵本を読みました。加えてみんなが使うトイレのドアはノックしてから開けること、また男児はズボンを全部下げないで（お尻を出さないで）おしっこをすることを知らせました。どちらも小学校入学までに身につくことを目指します。

*プライベートパーツとは、パンツで隠れる部分、胸、そして唇を指します。

