

生命(いのち)の安全教育

「生命(いのち)の安全教育」とは、生命の尊さを学び、性暴力の根底にある誤った認識や行動、また、性暴力が及ぼす影響などを正しく理解した上で、生命を大切に考える考えや、自分や相手、一人ひとりを尊重する態度等を発達段階に応じて身に付けることを目指すものです。

県教育委員会では、子どもたちが性暴力の加害者、被害者、傍観者にならないよう、各学校における「生命(いのち)の安全教育」の実施を働きかけています。



「生命(いのち)の安全教育について ~保護者のみなさんへ~」
https://www.mext.go.jp/content/20210805-mxt_kyousei02-000014005_2.pdf

子どもの異変に気付いたり、子どもから性暴力に関する相談を受けたりした場合は、子どもの気持ちにしっかりと寄り添ってください。

例

- 絶対に子どもを責めない
話を疑ったり、否定したりせず、子どもの話を信じて寄り添いながら聞いてください。
- 根掘り葉掘り聞かない
子どもの気持ちは受け止めつつ、被害の状況等の事実関係については、質問を重ねたり、話を誘導したりすることのないようにして、できるだけ早く専門家や支援機関に相談しましょう。

■ 体力向上と運動・生活習慣

体力は、運動習慣をはじめとした生活習慣と関連があり、健康維持のほか、意欲や気力など精神面の充実にも関わっており、「生きる力」の重要な要素です。

体力の向上のために、運動・栄養(食事)・睡眠の健康3原則をしっかりと確立することが必要です。



運動をすすめましょう

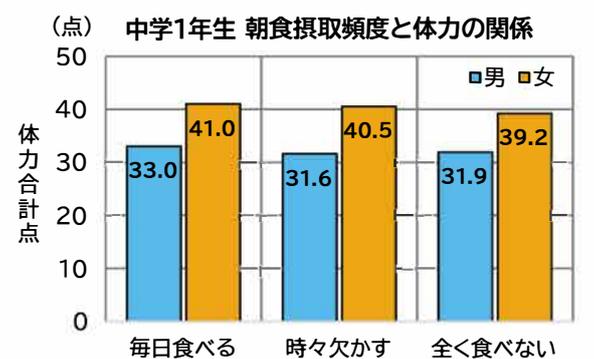
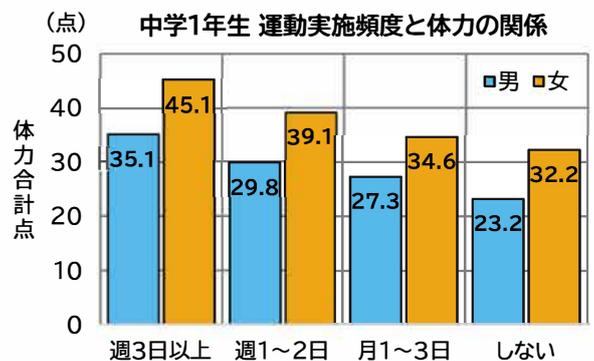
中学生の時期に様々な運動・スポーツを体験することは、生涯にわたって健康や体力を保持増進していくための能力や態度を育てます。

また、運動部活動や地域スポーツクラブでの経験は、その後の運動習慣の確立につながり、子どもたちが生涯にわたって心身の健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現することが期待されます。

朝食をしっかりととりましょう

朝食を毎日食べている子どもは体力が高いことが、県の調査で分かっています。朝食を食べないで登校すると、体調が優れない、やる気が出ないなど、授業にも集中できなくなることがありますので、毎日朝食を食べて登校できるようにすることが大切です。

生活リズムが夜型になると、朝起きても食欲がなかったり、早起きができずに朝食を食べる時間がなかったりと、朝食を食べずに登校することが多くなってしまいます。



(令和6年度 神奈川県児童生徒体力・運動能力調査)