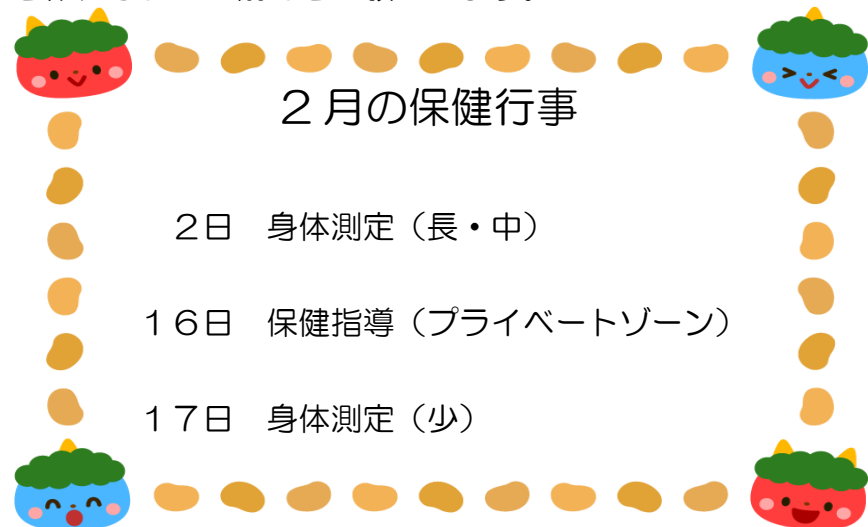


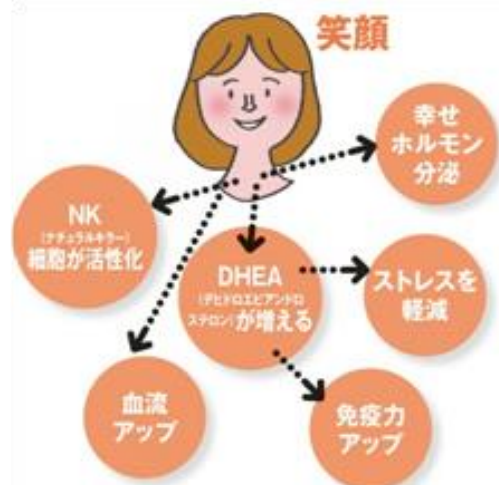


2月は立春を迎えますが、まだ春は遠く、実際には1年を通して最も寒い季節です。気温が低く乾燥しやすいこの時期は、ウイルスの感染力が強くなります。手洗い・うがいを心掛け、十分休養をとるようにしてください。また、お子様が外で体を動かし、寒さや病気に負けない体を作れるようご協力をお願いします。



## 2月5日は笑顔の日

2月5日は「ニ(2)コ(5)」と読む語呂合わせから「笑顔の日」とされています。笑顔は、体の免疫力がアップしたり、リラックス効果を得られたりと、健康のためにとっても大切です。

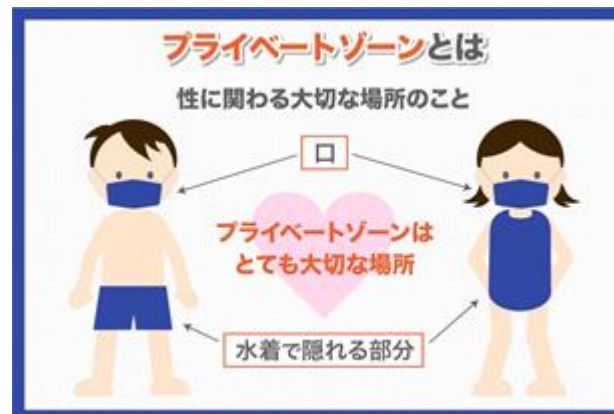


### 笑顔は伝染する？

人の脳は、顔や顔のように見える物を瞬時に認識する機能（顔細胞）が備わっています。そのため、無意識のうちにも人の顔に敏感に反応し、反射的に相手の表情が伝染していきます。自分が笑顔になると、相手もつられて笑顔になるので、お互いにいい気分になれますね！

## プライベートゾーンってなに？

「プライベートゾーン」という言葉を聞いたことはありますか。男女の体の中で、性に関わる大切な場所のことです。身体の水着で隠れる部分と口を「プライベートゾーン」と呼びます。子どもが不審者や性犯罪者から自らを守るため、「プライベートゾーンを他人に見せたり、触らせたりしてはいけない」ことが大切です。また、2月の保健指導でプライベートゾーンについて話をする予定です。



### 子どもに伝えたいプライベートゾーンの3つのポイント

プライベートゾーンを教えるおすすめのタイミングは、子どもが異性や自分の体に興味をもった時です。成長していく自分の身体の変化について、関心を示すことがあります。子どもが自分の性について興味をもったらチャンスととらえて教えるようにしましょう。

- ①自分の身体は「大切なもの」だという意識をもたせる  
「汚いところ」「いやらしいところ」といったネガティブな言葉は避けましょう
- ②プライベートゾーンを他人に見せたり触らせたりしない  
幼児期の子どもには、プライベートゾーンという感覚がないため、見せたり触らせたりしてはいけないことを伝えましょう
- ③イヤな気持ちになったら「イヤだ」とはっきりいう  
「イヤだ」と意思表示できるようになることで、子どもが不審者や性犯罪者に遭遇した時に、近くの大人へ助けを求めることができます

子どもを対象とした犯罪は近年、増加傾向にあります。またスマートフォンの普及にとともに、SNSを起因した性犯罪が多発しています。プライベートゾーンについて親子で一緒に学び、防犯意識を高めるようにしてください。