

# ほけんだよい

ほけんだよりは、保護者の方と  
お子さんで一緒にお読みください。

令和6年2月9日 ふじみ野市立西小学校 保健室発行

1月27日の学校公開日に6年生の児童を対象に「がん教室」を開催しました。  
当日は、がんについての話を聞き、動画をみたあと、ゲストティーチャー「Hand in hand」(ボランティアでがんの患者さんやその家族をサポートされている)の方々のお話を聞きました。

6年生のワークシートはたくさんのメモで埋められ、しっかりと話を聞くことができました。一部ですが、紹介させていただきます。



★①あなたの身近な人や②友達の家族ががんになってしまったら…。どんな言葉をかけますか？

①私も頑張るから、一緒に頑張ろう

①大変な時があったら、いつでも頼ってね。無理しちゃダメだよ

②心配とかたくさんあると思うけど相談して。

①一人でかかえこまないで、できることがあったら何でもやるから。

②心配なことがあったら相談にのるよ！最初は落ち着けないかもだけど、落ち着いて。

②つらいときは、話を聞くと、できることがあればさせてもらうよ。

①もし、困ったことがあったら教えてくださいね。お手伝いします！！

②家族ががんということは、とてもつらいかもしれないけど、大丈夫！不安にならないで。

②あなたの家族が今どう思っているか、何をしたいのか聞いて話し合ったら？

①決してあなたのせいじゃないからね。その気持ちは身近な人にとって同じだから、一緒に乗り越えよう。

②手伝ってほしいときは言って。僕も力になるから



★今後どのようなことに気をつけて生活していきたいですか？

がんの話<sup>はなし</sup>を聞く前は、タバコを吸<sup>す</sup>っている人だけががんになると思<sup>おも</sup>っていたのですが、お酒や生活習慣<sup>せいけつしゅうかん</sup>でもがんになるのは初めて聞<sup>き</sup>きました。なのでこれからも生活習慣<sup>せいけつしゅうかん</sup>に気をつけて生活<sup>せいけつ</sup>していきたいと思<sup>おも</sup>いました。

お父さんやお母さんがお酒を飲<sup>の</sup>みすぎていたら注意<sup>ちゅうい</sup>したいと思<sup>おも</sup>います。

がんになったのは、誰<sup>だれ</sup>のせいでもない。でも誰にも言<sup>い</sup>えずに一人で我慢<sup>がまん</sup>するのはよくないから、身近な人が、もしなったら、支<sup>さ</sup>え合<sup>あ</sup>いながら過<sup>す</sup>ごしていきたい。そして、異変<sup>いへん</sup>があったらすぐに家<sup>いえ</sup>の人<sup>ひと</sup>に言<sup>い</sup>う。

普段<sup>ふだん</sup>の生活<sup>せいけつ</sup>で気<sup>き</sup>を付けられることがあると思<sup>おも</sup>うので、生活習慣<sup>せいけつしゅうかん</sup>に気<sup>き</sup>を付けていきたいです。そして、いつ自分<sup>じぶん</sup>や周り<sup>まわ</sup>の人が死<sup>し</sup>んじょうかわからないので、1日1日<sup>いちにち</sup>を大切<sup>たいせつ</sup>にして毎日<sup>まいにち</sup>過<sup>す</sup>ごしていきたいです。

健康<sup>けんこう</sup>や生活習慣<sup>せいけつしゅうかん</sup>に気<sup>き</sup>を付けなければならぬ！身近な人ががんになっても、できるだけ普段<sup>ふだん</sup>と変わらない感<sup>かん</sup>じで向<sup>む</sup>き合<sup>あ</sup>う。



★おうちの人から、一言

身内<sup>みうち</sup>にがんサバイバーがいます。このことを通<sup>と</sup>して、がん<sup>たなか</sup>と闘<sup>ひと</sup>っている人にどのように寄<sup>よ</sup>り添<sup>そ</sup>うことができるのが、話<sup>はな</sup>し合<sup>あ</sup>う良<sup>よ</sup>い機会<sup>きかい</sup>となりました。

祖父<sup>そふ</sup>も20年<sup>ねん</sup>近く前<sup>まへ</sup>にがんにかかりましたが、治療<sup>ちりょう</sup>を受け、克服<sup>こくふく</sup>した話<sup>はなし</sup>をしました。今回<sup>こんかい</sup>の授業<sup>じゅぎょう</sup>をきっかけとして、今後<sup>こんご</sup>も様々<sup>さまざま</sup>な話<sup>はなし</sup>をしていきたいと思<sup>おも</sup>います。

家庭<sup>かてい</sup>の中<sup>なか</sup>でがんについて話<sup>はな</sup>す機会<sup>きかい</sup>はなかなかないので、学<sup>まな</sup>べることができてよかったです。これをきっかけに家族<sup>かぞく</sup>間で話<sup>はなし</sup>ができたらと思<sup>おも</sup>います。

がんの授業<sup>じゅぎょう</sup>は見<sup>み</sup>られなかったのですが、子供<sup>こども</sup>が学<sup>まな</sup>んだことを家<sup>いえ</sup>で話<sup>はな</sup>してくれました。がんは早期<sup>そうきはつけん</sup>発見<sup>はな</sup>すれば治<sup>な</sup>る確率<sup>かくりつ</sup>が高<sup>たか</sup>くなるから、定期<sup>ていききてき</sup>的に健診<sup>けんしん</sup>を受<sup>う</sup>けたほうが良いと勧<sup>すす</sup>められました。

がんについての知識<sup>ちしき</sup>を身<sup>み</sup>に着<sup>つ</sup>けたようです。いざ、自分<sup>じぶん</sup>のこととなると落<sup>お</sup>ち着<sup>つ</sup>いて考<sup>かんが</sup>えることが難<sup>むずか</sup>しそうですが、知識<sup>ちしき</sup>を持<sup>も</sup>っておくと安心<sup>あんしん</sup>だと思<sup>おも</sup>いました。家族<sup>かぞく</sup>でこれ<sup>こ</sup>から幸<sup>しあわ</sup>せに暮<sup>く</sup>らしていけるように、気<sup>き</sup>を付けていきたいと思<sup>おも</sup>います。

ステージ4<sup>はなし</sup>だったママさんのお話<sup>み</sup>は身<sup>み</sup>につまされる思<sup>おも</sup>いで伺<sup>うかが</sup>いました。体調<sup>たいちよう</sup>に異変<sup>いへん</sup>があるときは、早<sup>はや</sup>めに受診<sup>じゆしん</sup>しようと思<sup>おも</sup>います。