

包括的性教育による子育て支援 ～自分を大切にできる気持ちを育てよう～

性教育と聞くと、「からだの性」を思い浮かべる方が多いのではないのでしょうか。近年、「包括的性教育」と言われるようになり、「人はそれぞれ異なり、一人ひとり大切にされる権利がある」、「あなたの身体はあなたの大切なもの」という人権を基盤とした教育がすすめられています。

東栄町は、令和5年度より包括的性教育を開始し、子育て支援センター（にこにこ広場）、保育園、放課後児童クラブで開催してきました。子どもたちが考え学びやすいように、絵本や保育士による寸劇も取り入れ、

自分だけの大事なところをさわられて嫌な気持ちになったら、「嫌だ!」と言おう。

逃げよう。安心できる大人におはなししよう。

と伝えています。

包括的性教育は、子どもの発達段階にあわせて繰り返し伝えていくことがのぞまれます。

保護者や子育て支援に関わる保育教育関係者、地域の人も、包括的性教育に関心を持ち、子どもたちが、自分も相手も大切にできる人生を歩めるよう見守っていきましょう。



※包括的性教育とは、人権を基盤とした、国際セクシュアリティ教育ガイダンス（UNESCO）を指針とする教育です。

参照：国際セクシュアリティ教育ガイダンス,ユネスコ,

子どもの性についての対応の仕方、伝え方～自分を大切にできる気持ちを育てるために～,愛知県,2022.

問合せ先▶福祉課 ☎76-1815

セルフメディケーションで節税・節薬

10月17日(金)から10月23日(木)までの1週間、「薬と健康の一週間」です。

セルフメディケーションとは？

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度の身体の不調は自分で手当てすること」（WHOの定義）です。セルフメディケーションを推進していくことは、国民の自発的な健康管理や疾病予防の取り組みを推進することはもちろん、医療費の適正化にもつながります。

セルフメディケーションの利点

- ・健康管理の習慣が身につく
- ・医療や薬の知識が身につく
- ・通院が減ることで国民全体の医療費の増加が抑制される

具体的な取り組み

- ◆特定健診・保健指導の活用
 - ◆健康管理の習慣化
 - 適度な運動と栄養バランスの取れた食事・十分な睡眠と休息・体重測定や血圧測定など
 - ◆OTC医薬品（市販薬）の活用
- 医師の処方箋がなくても、薬局・ドラッグストアなどで購入できる医薬品（市販薬）をOTC医薬品といいます。風邪のひきはじめや軽い怪我の時に、OTC医薬品を上手に活用することもセルフメディケーションの取り組みです。薬局の薬剤師などの専門家に相談が可能です。



参考資料：厚生労働省セルフメディケーション税制について
くすり健康情報局by第一三共ヘルスケア

問合せ先▶福祉課 ☎76-1815