

## 「うんち教室」時間別プログラム

### 1. 目的

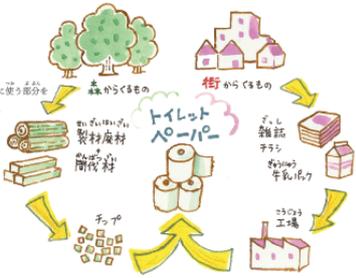
限られた時間の中で、それぞれの学校の事情に合わせて「うんち教室」を実施いただくために、時間別のプログラムを作成いたしました。

### 2. 低学年向け時間別プログラム

	① 導入	② うんちには種類があることを知る	③ いいうんちをするためのポイント	④ うんちが出来るまでの仕組み	⑤ トイレトペーパーが出来るまで	⑥ トイレトペーパーを大切に使う	⑦ メッセージを作成する	⑧ まとめ
(1) Full (45分) ver.	3分	5分	3分	7分	3分	7分	15分	2分
(2) 30分 ver.	3分	5分	3分	7分	3分	7分	－	2分
(3) 20分 ver.	2分	4分	3分	3分	3分	3分	－	2分
(4) 10分 ver.	1分	2分	2分	2分	－	2分	－	1分

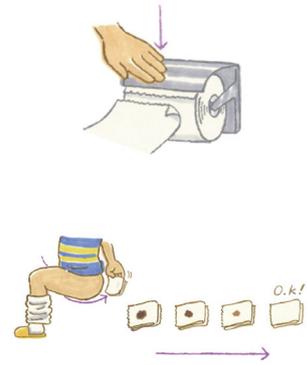
(1) プログラム full.ver 【低学年向け】

時間	テーマ	学習内容	提示教材／活動記録
3分	①導入	<ul style="list-style-type: none"> <li>導入として、うんちが好きかどうかを問いかける</li> </ul>	
5分	②うんちには種類があることを知る	<ul style="list-style-type: none"> <li>4つのうんちのイラストを示し、呼び名と特徴を紹介する</li> </ul> <p>(例)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜もお肉も好き嫌いなく、モリモリよく噛んで食べたら『キラキラうんち』(左上)</li> <li>お菓子ばかりとか、お肉ばかり食べたりすると『カチカチうんち』(右上)</li> <li>外で遊ばなかったり、運動しなかったりすると『ヒョロヒョロうんち』(左下)</li> <li>食べ過ぎたり、冷たいものを飲みすぎると『ドロドロうんち』(右下)</li> </ul>	
3分	③いいうんちをするためのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>いいうんち(キラキラうんち)をするための方法を問いかける</li> <li>右のイラストを示しながら、いいうんちをするための3つのポイントを紹介する</li> </ul> <p>[3つのポイント]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>朝コップ1杯のお水を飲むこと</li> <li>朝ごはんを好き嫌いなく、よく噛んでモリモリ食べる</li> <li>外で元気よくあそぶこと</li> </ul>	

<p style="text-align: center;">7分</p>	<p>④うんちが出来るまでの仕組み</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 体内の臓器を描いたイラストの前掛けを先生もしくは児童に付けて、食べ物の流れを以下の5項目で説明する             <ol style="list-style-type: none"> <li>①口から食道の流れ</li> <li>②胃での消化</li> <li>③小腸での栄養吸収</li> <li>④大腸での水分吸収</li> <li>⑤排泄されるまでの流れ</li> </ol> </li> <li>● 残ったカスがうんちになることを説明する</li> <li>● 小腸の長さを当てるクイズをする。小腸と同じ長さ、同じ太さのホース等を用いて、小腸の役割と機能を説明する</li> <li>● 食物繊維は、うんちの素となり、腸内をキレイにする働きをする</li> </ul>	
<p style="text-align: center;">3分</p>	<p>⑤トイレトペーパーが出来るまで</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 紙がリサイクルされてつくられる工程と森(木)から紙が作られることを説明し、大切に使う必要があることを呼びかける</li> <li>● いいうんちをしたときは、お尻拭いても汚れないから、エコで、健康であることを説明する</li> <li>● 環境問題への関心をもたせる</li> </ul>	

**⑥トイレ  
ットペー  
パーを大  
切に使う**

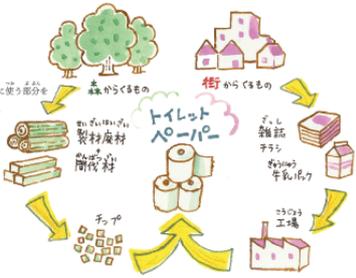
- トイレットペーパーの取り方を示し、必要な長さには個人差があり、排便の状態によっても異なることを説明する
- 上手な切り取り方を伝え、資源としてのトイレットペーパーを大切に使うことを説明する
- 児童にトイレットペーパーを引き出してもらい、自ら必要とする長さを測り、把握し無駄遣いを減らすように呼び掛ける
- おしりを拭くときは優しく拭き、うんちが付かなくなることが目安であることを説明する  
(女子の場合の拭く方向についても説明する)
- おしりを拭くときに、ウイルスや菌が手についていることがあるため、手を洗うことが重要であることを説明する

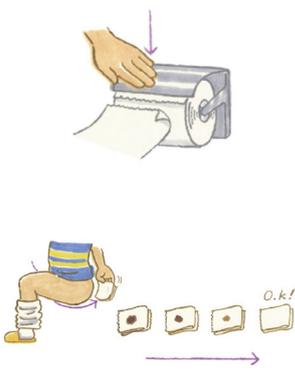


15分	<p>⑦メッセージを作成する</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 授業をうけて、気をつけたいことや実践したいことを一人ひとりが吹き出しシールに書き込み、それを木のステッカーに貼って完成させる。木のステッカーをトイレ等に掲出することで児童の行動変容を促す</li> <li>● 児童4人一組になって、ステッカーを完成させる</li> <li>● 低学年向けには、あらかじめメッセージを記載しておく</li> <li>● 完成したものを2グループほどに、発表してもらう</li> </ul>	<p>トイレなどに掲出する「木のステッカー (A3)」と児童がメッセージを書き込んで木に貼り付ける「吹き出しシール」を配布する</p>  <p>木のステッカー (A3)</p>  <p>吹き出しシール</p>
2分	<p>まとめ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 授業の要点を振り返る</li> <li>● 学んだことを意識しながら、1週間、排泄記録を行う</li> </ul>	

(2) プログラム 30 分.ver【低学年向け】

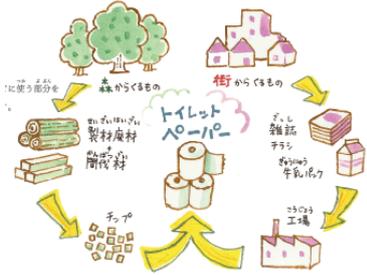
時間	テーマ	学習内容	提示教材／活動記録
3分	①導入	<ul style="list-style-type: none"> <li>導入として、うんちが好きかどうかを問いかける</li> </ul>	
5分	②うんちには種類があることを知る	<ul style="list-style-type: none"> <li>4つのうんちのイラストを示し、呼び名と特徴を紹介する</li> </ul> <p>(例)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜もお肉も好き嫌がなく、モリモリよく噛んで食べたら『キラキラうんち』(左上)</li> <li>お菓子ばかりとか、お肉ばかり食べたりすると『カチカチうんち』(右上)</li> <li>外で遊ばなかったり、運動しなかったりすると『ヒョロヒョロうんち』(左下)</li> <li>食べ過ぎたり、冷たいものを飲みすぎると『ドロドロうんち』(右下)</li> </ul>	
3分	③いいうんちをするためのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>いいうんち(キラキラうんち)をするための方法を問いかける</li> <li>右のイラストを示しながら、いいうんちをするための3つのポイントを紹介する</li> </ul> <p>[3つのポイント]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>朝コップ1杯のお水を飲むこと</li> <li>朝ごはんを好き嫌がなく、よく噛んでモリモリ食べる</li> <li>外で元気よくあそぶこと</li> </ul>	

<p style="text-align: center;">7分</p>	<p>④うんちが出来るまでの仕組み</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 体内の臓器を描いたイラストの前掛けを先生もしくは児童に付けて、食べ物の流れを以下の5項目で説明する             <ol style="list-style-type: none"> <li>①口から食道の流れ</li> <li>②胃での消化</li> <li>③小腸での栄養吸収</li> <li>④大腸での水分吸収</li> <li>⑤排泄されるまでの流れ</li> </ol> </li> <li>● 残ったカスがうんちになることを説明する</li> <li>● 小腸の長さを当てるクイズをする。小腸と同じ長さ、同じ太さのホース等を用いて、小腸の役割と機能を説明する</li> <li>● 食物繊維は、うんちの素となり、腸内をキレイにする働きをする</li> </ul>	
<p style="text-align: center;">3分</p>	<p>⑤トイレトペーパーが出来るまで</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 紙がリサイクルされてつくられる工程と森(木)から紙が作られることを説明し、大切に使う必要があることを呼びかける</li> <li>● いいうんちをしたときは、お尻拭いても汚れないから、エコで、健康であることを説明する</li> <li>● 環境問題への関心をもたせる</li> </ul>	

<p style="text-align: center;">7分</p>	<p>⑥トイレットペーパーを大切に使う</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● トイレットペーパーの取り方を示し、必要な長さには個人差があり、排便の状態によっても異なることを説明する</li> <li>● 上手な切り取り方を伝え、資源としてのトイレットペーパーを大切に使うことを説明する</li> <li>● 児童にトイレットペーパーを引き出してもらい、自ら必要とする長さを測り、把握し無駄遣いを減らすように呼び掛ける</li> <li>● おしりを拭くときは優しく拭き、うんちが付かなくなることが目安であることを説明する (女子の場合の拭く方向についても説明する)</li> <li>● おしりを拭くときに、ウイルスや菌が手についていることがあるため、手を洗うことが重要であることを説明する</li> </ul>	
<p style="text-align: center;">2分</p>	<p>まとめ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 授業の要点を振り返る</li> <li>● 学んだことを意識しながら、1週間、排泄記録を行う</li> </ul>	

(3) プログラム 20 分.ver【低学年向け】

時間	テーマ	学習内容	提示教材／活動記録
2分	①導入	<ul style="list-style-type: none"> <li>導入として、うんちが好きかどうかを問いかける</li> </ul>	
4分	②うんちには種類があることを知る	<ul style="list-style-type: none"> <li>4つのうんちのイラストを示し、呼び名と特徴を紹介する</li> </ul> <p>(例)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜もお肉も好き嫌がなく、モリモリよく噛んで食べたら『キラキラうんち』(左上)</li> <li>お菓子ばかりとか、お肉ばかり食べたりすると『カチカチうんち』(右上)</li> <li>外で遊ばなかったり、運動しなかったりすると『ヒョロヒョロうんち』(左下)</li> <li>食べ過ぎたり、冷たいものを飲みすぎると『ドロドロうんち』(右下)</li> </ul>	
3分	③いいうんちをするためのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>いいうんち(キラキラうんち)をするための方法を問いかける</li> <li>右のイラストを示しながら、いいうんちをするための3つのポイントを紹介する</li> </ul> <p>[3つのポイント]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>朝コップ1杯のお水を飲むこと</li> <li>朝ごはんを好き嫌がなく、よく噛んでモリモリ食べる</li> <li>外で元気よくあそぶこと</li> </ul>	

<p style="text-align: center;">3分</p>	<p>④うんちが出来るまでの仕組み</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 体内の臓器を描いたイラストの前掛けを自分、もしくは児童に付けて、食べ物の流れを以下の5項目で説明する             <ol style="list-style-type: none"> <li>①口から食道の流れ</li> <li>②胃での消化</li> <li>③小腸での栄養吸収</li> <li>④大腸での水分吸収</li> <li>⑤排泄されるまでの流れ</li> </ol> </li> <li>● 残ったカスがうんちになることを説明する</li> <li>● 食物繊維は、うんちの素となり、腸内をキレイにする働きをする</li> </ul>	
<p style="text-align: center;">3分</p>	<p>⑤トイレトペーパーが出来るまで</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 紙がリサイクルされてつくられる工程と森(木)から紙が作られることを説明し、大切に使う必要があることを呼びかける</li> <li>● いうんちをしたときは、お尻拭いても汚れないから、エコで、健康であることを説明する</li> <li>● 環境問題への関心をもたせる</li> </ul>	
<p style="text-align: center;">3分</p>	<p>⑥トイレトペーパーを大切に使う</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● トイレトペーパーの取り方を示し、必要な長さには個人差があり、排便の状態によっても異なることを説明する</li> <li>● 無駄遣いを減らすために、自らが必要とする長さを把握し、意識して大切に使うことの重要性を説明する</li> <li>● 上手な切り取り方を伝え、資源としてのトイレトペーパーを大切に使うことを説明する</li> </ul>	

2 分	まとめ	<ul style="list-style-type: none"><li>● 授業の要点を振り返る</li><li>● 学んだことを意識しながら、1 週間、排泄記録を行う</li></ul>	
--------	-----	--	--

(4) プログラム10分.ver【低学年向け】

時間	テーマ	学習内容	提示教材／活動記録
1分	①導入	<ul style="list-style-type: none"> <li>導入として、うんちが好きかどうかを問いかける</li> </ul>	
2分	②うんちには種類があることを知る	<ul style="list-style-type: none"> <li>4つのうんちのイラストを示し、呼び名と特徴を紹介する</li> </ul> <p>(例)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>野菜もお肉も好き嫌がなく、モリモリよく噛んで食べたら『キラキラうんち』(左上)</li> <li>お菓子ばかりとか、お肉ばかり食べたりすると『カチカチうんち』(右上)</li> <li>外で遊ばなかったり、運動しなかったりすると『ヒョロヒョロうんち』(左下)</li> <li>食べ過ぎたり、冷たいものを飲みすぎると『ドロドロうんち』(右下)</li> </ul>	
2分	③いいうんちをするためのポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>いいうんち(キラキラうんち)をするための方法を問いかける</li> <li>右のイラストを示しながら、いいうんちをするための3つのポイントを紹介する</li> </ul> <p>[3つのポイント]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>朝コップ1杯のお水を飲むこと</li> <li>朝ごはんを好き嫌がなく、よく噛んでモリモリ食べる</li> <li>外で元気よくあそぶこと</li> </ul>	

<p style="text-align: center;">2分</p>	<p>④うんちが出来るまでの仕組み</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 体内の臓器を描いたイラストの前掛けを先生に付けて、食べ物の流れを以下の 5 項目で説明する             <ol style="list-style-type: none"> <li>①口から食道の流れ</li> <li>②胃での消化</li> <li>③小腸での栄養吸収</li> <li>④大腸での水分吸収</li> <li>⑤排泄されるまでの流れ</li> </ol> </li> <li>● 残ったカスがうんちになることを説明する</li> </ul>	
<p style="text-align: center;">2分</p>	<p>⑥トイレトパーパーを大切に使う</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 紙がリサイクルされてつくられる工程と森(木)から紙が作られることを説明し、大切に使う必要があることを呼びかける</li> <li>● トイレトパーパーの取り方を示し、必要な長さには個人差があり、排便の状態によっても異なることを説明する</li> <li>● 無駄遣いを減らすために、自らが必要とする長さを把握し、意識して大切に使うことの重要性を説明する</li> </ul>	
<p style="text-align: center;">1分</p>	<p>まとめ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 授業の要点を振り返る</li> <li>● 学んだことを意識しながら、1週間、排泄記録を行う</li> </ul>	