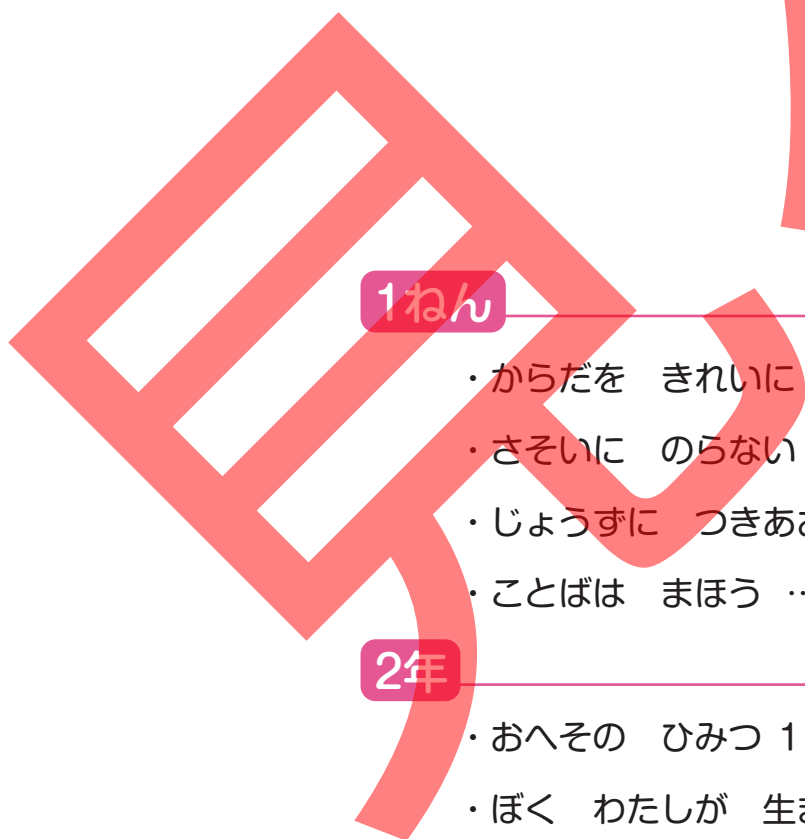


令和8年度版

1・2ねん





1ねん

- ・からだを きれいに 1・2 2
- ・さそいに のらない 6
- ・じょうずに つきあおう 1 8
- ・ことばは まほう 10

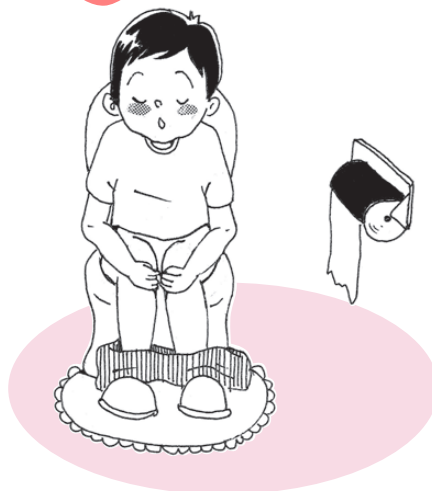
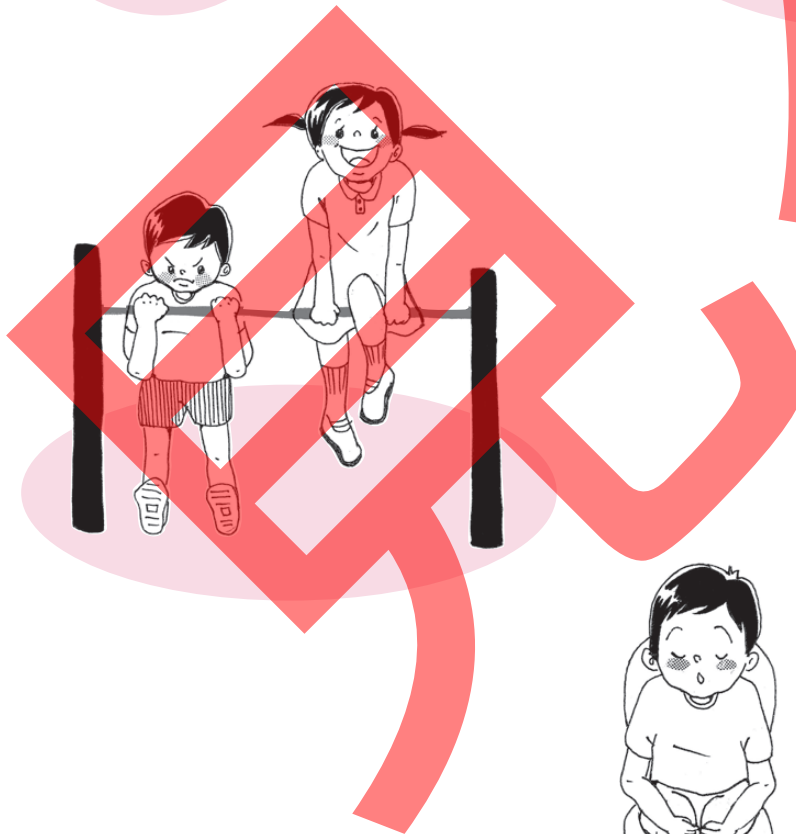
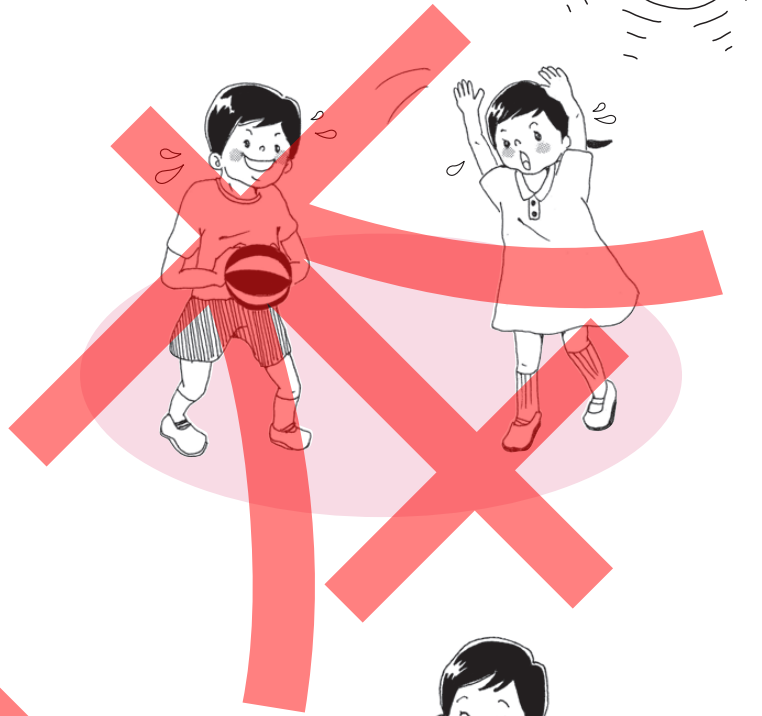
2年

- ・おへその ひみつ 1・2 12
- ・ぼく わたしが 生まれた とき 16
- ・みてみて わたし 18
- ・げん き元氣れっしゃを はし走らせよう！ 20
- ・じょうずに つきあおう 2 22

1ねん からだをきれいに 1

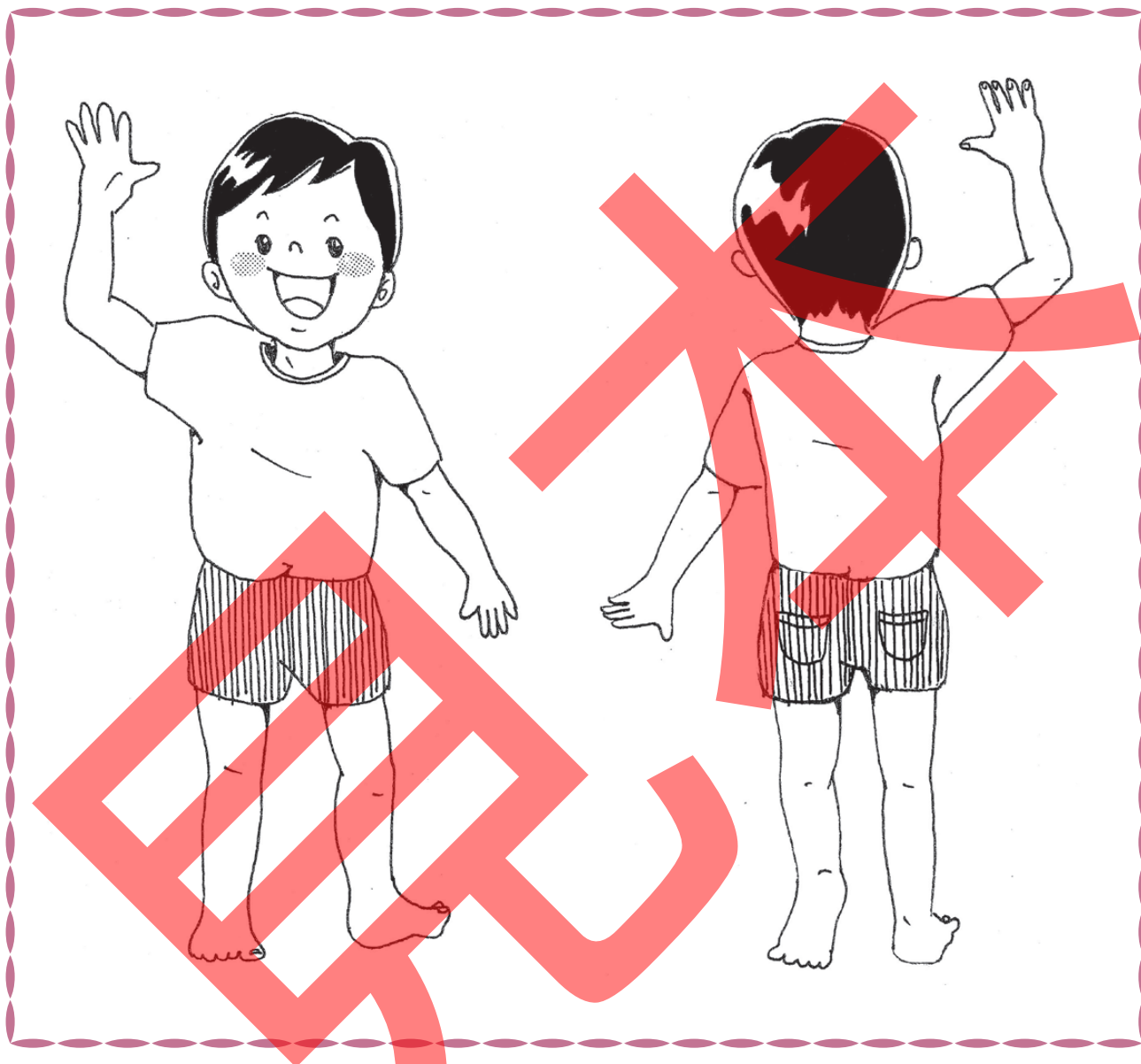


♡ からだには、どんなよごれが
つくのかな。



なまえ

♡ ② からだの どんなところが よごれるのかな。
とくに よごれやすいところを ○で かこもう。



♡ ③ どうしたら きれいに なるのかな。



1ねん からだをきれいに 2

④ えに かいて ある ことを やって いるかな。
○を つけよう。



()



()



()



()



()



()



きがえをする

()



なまえ

♡ じぶんが おふろに はいる じゅんばんに, ばんごうを かいて みよう。



ふくをぬぐ

(1)



かけゆをする

()



からだをふく

()



せっけんを
つかって,
からだや
かみのけを
あらう

()



ゆぶねに
はいる

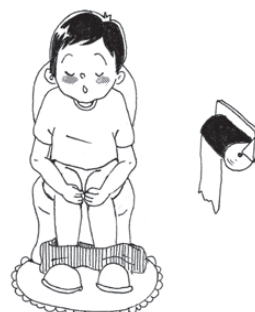
()



きれいな
したぎを
きる

(さいご)

♡ トイレの ときは, どんなことに きを つけたら いいのかな。



♡ からだを きれいに するために, これから どんなことに きを つけたら いいのかな。



1ねん さそいに のらない

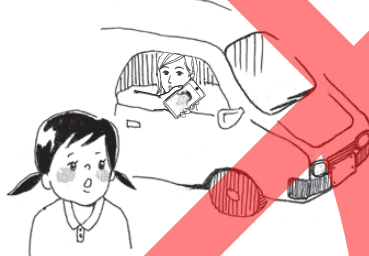


① しらない ひとに はなしかけられたり、
さそわれたり して、こわい おもいを
したことは あるかな。

①みちを きかれた



②しゃしんを とられた



③「なまえを おしえて。」
と いわれた



④「おかしを かって あ
げるよ。」と いわれた



⑤「うちの ひとが
にゅういん したよ。」
と いわれた



⑥「おうちまで おくっ
て あげるよ。」と
いわれた



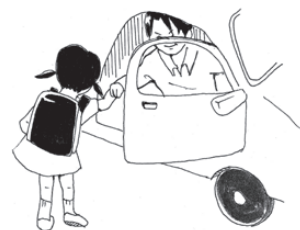
⑦つれて いかれそうに
なった



⑧おいかけられた



⑨くるまに のせられそ
うに なった



⑩そのほか



なまえ

♡ しらない ひとに さそわれたら、どうしたら いいのかな。

つ いていかない

み んなと いつもいっしょ

き ちゃんと しらせる

お おごえで たすけをよぶ

に げる



たすけてえ!!



♡ できるか やって みよう。れんしゅうしたことに ○を つけよう。

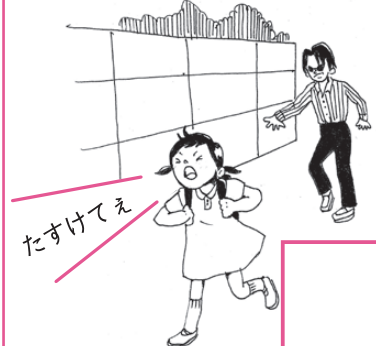
① はっきり ことわる


☐

② あいてに ちかづか
ない


☐

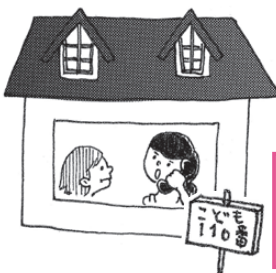
③ はしって にげる


☐

④ おおきな こえを
だす


☐

⑤ ちかくの いえに
にげる
こども110番の
いえに にげる


☐

⑥ ふえやぼうはん
ブザーを ならす


☐


1ねん じょうずに つきあおう 1

♡ よくない ところは どれかな。



♡ 「ゲームしょうがい」って しっているかな。

① やめたくても
やめられない



② せいかつリズムが
みだれる



③ いろいろ しやすく
なって まわりの ひと
と なかよく できない



ほけんしつの先生より

ゲームを やりすぎると・・・

ほかにも、めが わるくなる、ぐっすり ねむれなくなる、
べんきょうや うんどうを がんばれなくなる など、ころころにも
からだにも よくないことが、おきやすく になります。



♡ ③ ゲームを したり、どうがを みたり する ときは どうしたら
いいのかな。

〈やくそくの れい〉

つかう じかんを きめて、
よる おそくまで つかわない。

あかるい ところで、
よい しせいで つかう。

1 にち
1 じかんまで

まえ
ねる前まで×

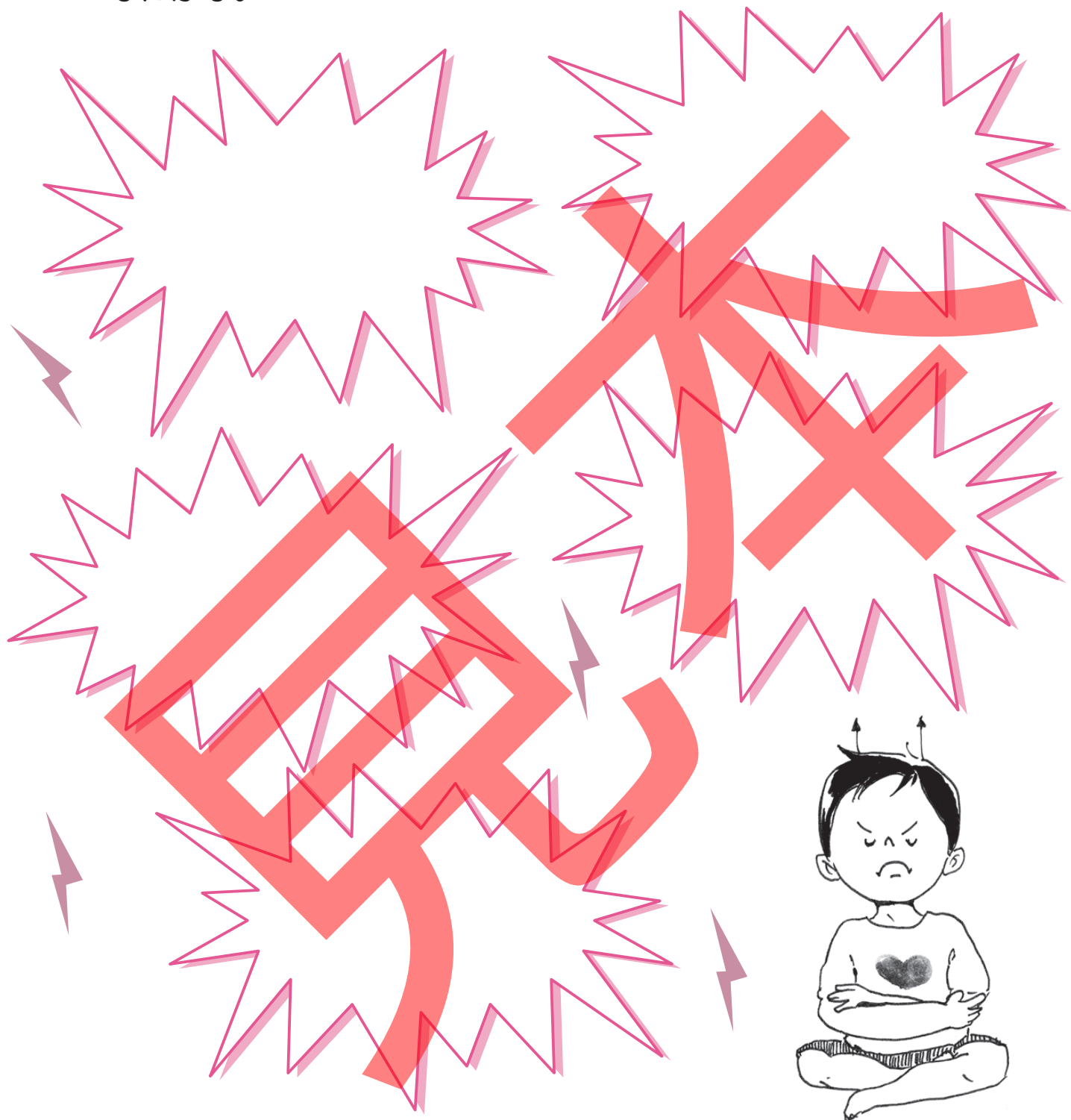


じぶんの やくそくを かんがえて かいてみよう。



1ねん ことばは まほう

① いわれて いやになったり、かなしくなったりする ことばは
なにかな。



いわれると いやで、
かなしくなる ことば

ことば



なまえ

♡ いわれて うれしくなったり、げんきが でたりする ことばは
なにかな。



いわれると うれしく、
げんきが できる ことば

ことば

♡ げんきが できる ことばや うれしくなる ことばを
ともだちや せんせいに いってみよう。

♡ これから どんなことに きをつけたら いいのかな。

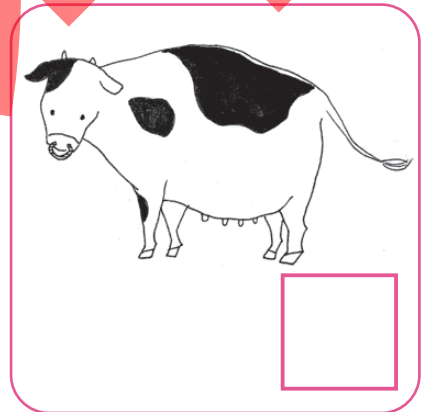
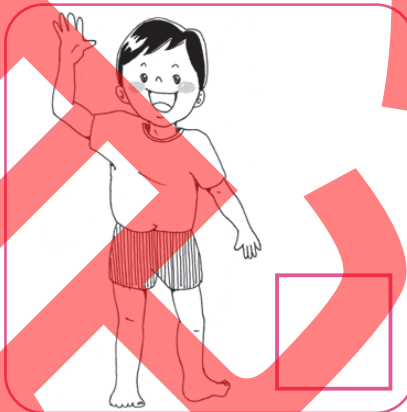
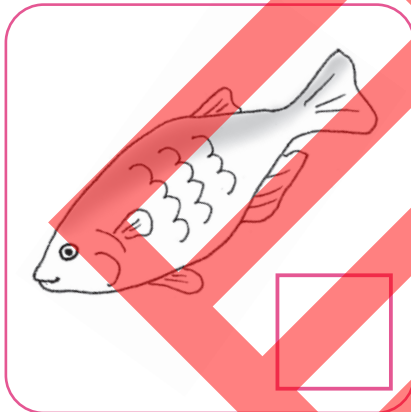
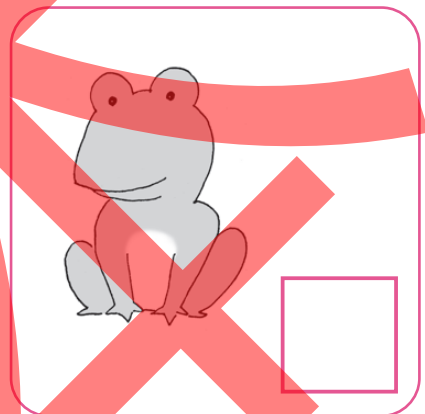
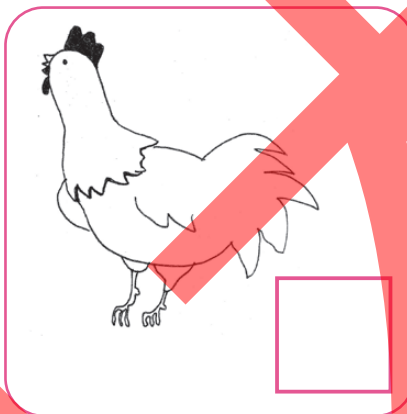


2年 おへその ひみつ 1

① おへそ「ある・なしクイズ」を しよう。



おへその ある いきものには○を、
ない いきものには ×を つけよう。



② おへそが「ある」と「ない」の ちがいは なにかな。

おへそが ある

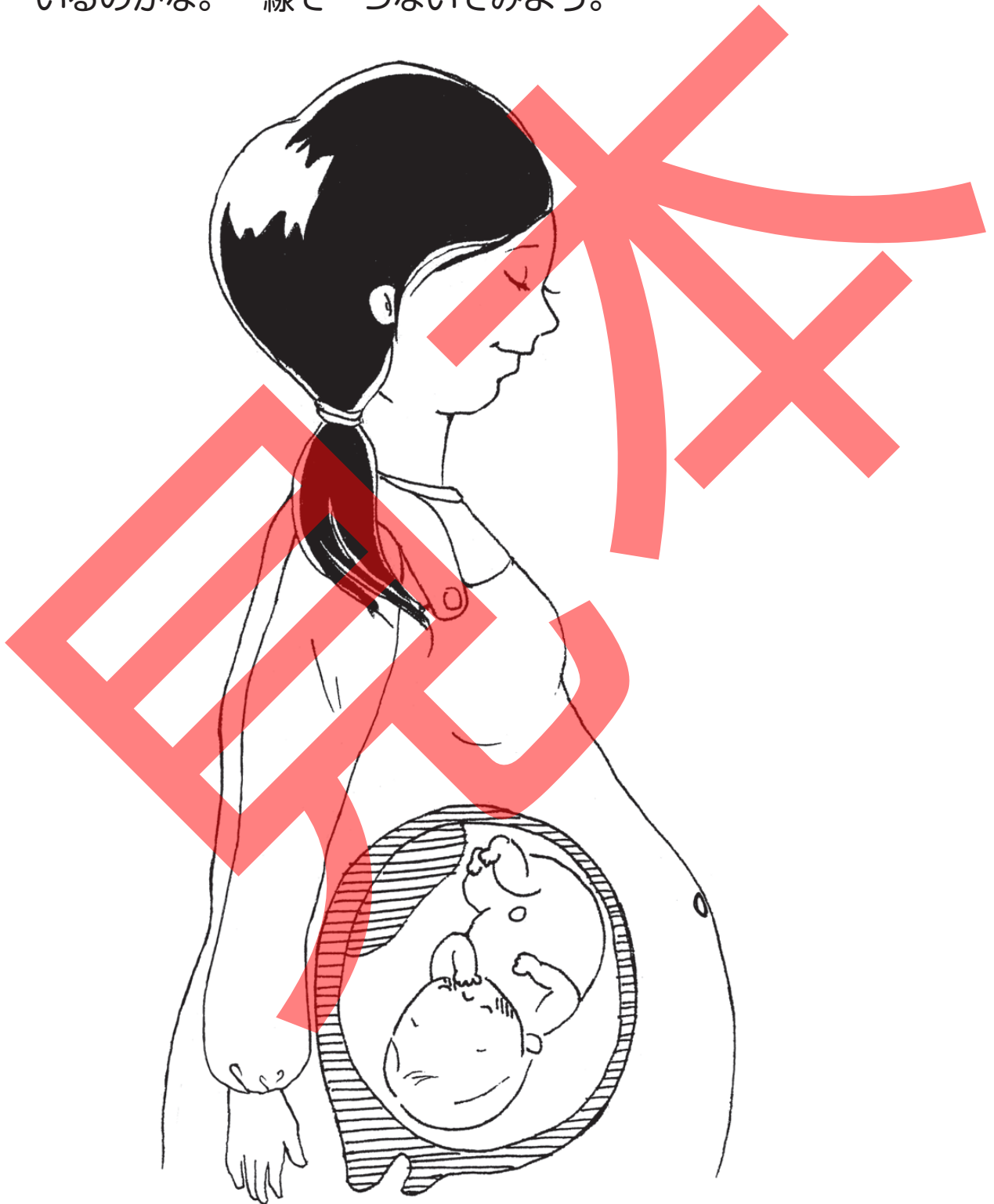
おへそが ない



な まえ
名前

♡③ おへそは どうして あるのかな。

♡④ 赤ちゃんの おへそは お母さんの ^{かあ}どこと つながって
いるのかな。 ^{せん}線で つないでみよう。



2年 おへその ひみつ 2

♡ おなかの中は、どうなって いるのかな。 □の中に
ことばを 書こう。

しきゅう

赤ちゃんの そだつ へや

たいばん

えいようの タンク

かあ
お母さんと
つながっている つな

ようすい

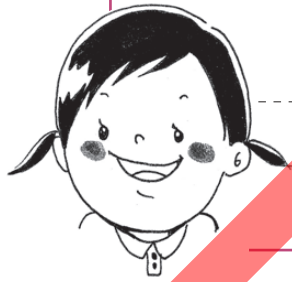
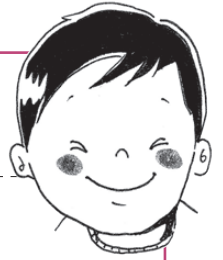
赤ちゃんを
まもっている 水

かあ
お母さんの おなかの中って
ふしぎだね！



な まえ
名前

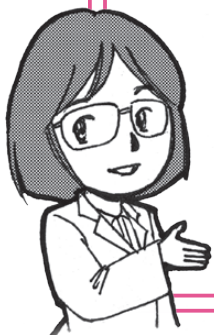
♡ ^{きょう}今日の ^{きょう}べん強で、わかったことを ^か書こう。



ほけんしつの
先生より

へそのおは いのちのつな

へそのおは、おなかの中の 赤ちゃんとお母さんをつなぐ
いのちのつなの やく目を しています。赤ちゃんは、へその
おを とおして ^{かあ}お母さんから さんそや えいようを もらっ
て、おなかの中でせいちょうします。おしっこなども、へその
おを とおして ^{かあ}お母さんの けつえきの中に ながしています。



2年 ぼく わたしが 生まれた とき

① 生まれたばかりの 赤ちゃんの
おもさを かんじてみよう！

② 赤ちゃんは、お母さんの
「ものさし」で たしか

わあ！



1 赤ちゃんが できたと わかった ころ

★3か月

しんちょう

やく
約

8

センチ
cm

たいじゅう

やく
約

20

グラム
g

にんげんらしい
かお からだ
顔や 体に
なって きたよ

★おうちの人の ようす



4 ぼく わたしが 生まれた とき

★生まれた とき (10か月)

しんちょう

やく
約

50

センチ
cm

たいじゅう

やく
約

3000

グラム
g



★おうちの人の ようす

お母さん
がんばったね

かわいいね



③ 今日の べん強で、わかったことを 書こう。

★3か月

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20

センチ
(cm)



な まえ
名前

おなかの中で どんなふうに 大きくなるのかな。 下にある
めてみよう。 おうちの人に 聞いたことを はっぴょうしよう。

2 おなか が 大きく なりはじめた ころ

げつ
★6か月

しんちょう		
やく	約	30 センチ
たいじゅう		
やく	約	600 グラム



- げん き
・元気に うごき はじめたよ
- ・おしっこも するよ

おばあちゃんも
たのしみだわ



★おうちの人 の ようす



3 う 生まれる 2 か月 まえ 前の ころ

げつ
★8か月

しんちょう		
やく	約	40 センチ
たいじゅう		
やく	約	1500 グラム



- かあ
・お母さんたちの
こえ 声も 聞こえるよ
- あたま
・頭が 下になるよ

はやく
あいたいな



★おうちの人 の ようす



げつ
★6か月

げつ
★8か月

0 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40



2年 みてみて わたし

♡ 「わたし」の すきなものは ^{なに}何か ^か書いてみよう。

♡ すきな^た食べものは ^{なに}何かな

♡ すきなあそびは ^{なに}何かな

♡ すきな^{いろ}色は ^{なに}何かな



なまえ
名前

♡ なりたい「わたし」を ^か書いてみよう。

♡ みてみて！

わあ
すてきだね！

♡ ^{ともだち}友達の なりたい「わたし」を見て ^{かんじた}ことを ^か書こう。

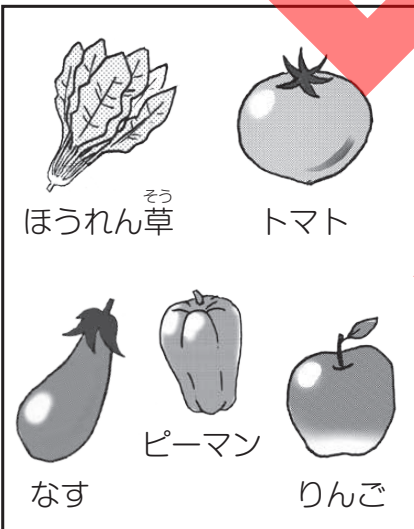
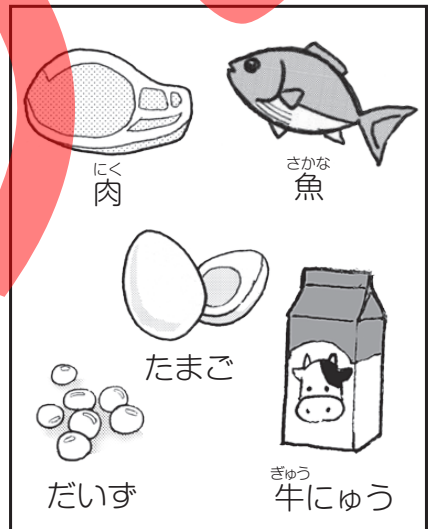
♡ ^{きょう}今日の ^{じゅぎょうで}かんじたことを ^か書こう。



2年 ^{げん き}元気にっしやを ^{はし}走らせよう！

♡① 今日の ^{きょう}きゅう食は、どんな ^{しょく}ざいりょうで ^{つく}作られているのかな。
こんだてひょうで ^{ざいりょう}を ^{しらべ}してみよう。

♡② 3色の ^{しょく}れっしやの ^{はたらき}と、それに合った ^あ食べものを、^{せん}線で ^{むす}ぼう。

^{あかい} 赤色のれっしや ^{からだ} 体をつくる	^{きいろ} 黄色のれっしや ^{からだ} 体をうごかす	^{いろ} みどり色のれっしや ^{からだ} 体のちょうしを ととのえる
★ せを のばしたり、ほね や ^{にく} きん肉を つくったり する	★ びょう気に かかりにく くする	★ ^{きょう} べん強や うんどうを がんばるための パワー をつくる
◆ 	◆ 	◆ 



な まえ
名前

③ わたしの ^{げん き}元気に ^{はし}走らせるために、これから ^かどんなことに
気をつけて ^かいきたいかを ^か書いてみよう。

^{しよく}3色そろって ^{げん き}元気に ^{しよく}出発だー！



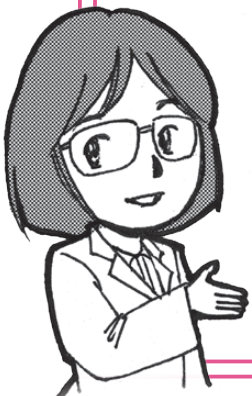
ほけんしつ
先生より

すききらいではないよ！

^{しよくもつ}(食物アレルギーを^し知ろう)

Aさんは ^{ぎゅう}いつも ^{しよくもつ}牛にゅうを ^しのみません。
みなさんは ^{しよくもつ}食物アレルギーを ^し知っていますか。げんいんにな
る^た食べものを ^た食^たべたり ^あふれたり ^あすい^あこんだりした後に、アレ
ルギーしょうじょうが ^あ出る ^あびょう^あ気です。いのちに ^あかかわる
ことも ^ああります。Aさんは ^{ぎゅう}牛にゅうを ^しのむことが ^あできませ
んが、^{おな}同じ^{あかいろ}赤色の ^た食べものを ^た食^たべて ^{げん き}元気に ^あすごすことが
できます。

もしも、^{しよく}きゅう^{あと}食の後や ^たじゅぎょう^あで ^た食べものを ^あ食^あべた後に、
^{じぶん}自分や ^{ともだち}お友達の ^{ちか}ぐあい^{おとな}が ^あわる^あくなったら、^あ近くの先生や ^あ大人
を、^あすぐに ^あよび^あましょう。



2年 じょうずに つきあおう 2

① つぎの スマートフォンの 画めんを 見て、Aさんの よくない ところに 線を引こう。

📶 🔋

 この公園で あそんでいるよ。
Aさん みんな来てね。まってるね。



💬 ↕️ ❤️

 その公園の 近くにいますから、
Bさん 今から 行くよ。話そうよ。

📶 🔋

 ゲームチケット プレゼント!!
Cさん ほしい人は 連絡ください。

 ほしいです! ください。

Aさん

 なまえ 電話番号を
Cさん ダイレクトメッセージで
おく 送ってください。

Aさん

 おくりました!

② どうしたら よかったのか 考えよう。



なまえ
名前

③ スマートフォンや インターネットには どんな きけんが あるのかな。

① 知らない 人に
ねらわれる



② あやしい メールが
くる



③ 自分では かいけつ
できない



スマートフォンや インターネットを つかうときに まもりたいこと

- 自分が だれか わかってしまうような じょうほう (なまえや学校、じゅう
しよ、電話番号、自分のしゃしん) をだれでも見る ことができる ところに
のせたり、知らない人に メールなどで 知らせたりしない。
- 家の人に そうだんしながら つかう。



④ スマートフォンや インターネットと じょうずに つき合う ために、
自分の やくそくを 考えて 書いてみよう。



令和8年度版 「いのち」 1・2年

編集 「いのち」編集委員会
三河教育研究会

刊行 公益財団法人愛知教育文化振興会
〒444-0868 岡崎市明大寺町字馬場東170番地1
電話〔0564〕51-4819

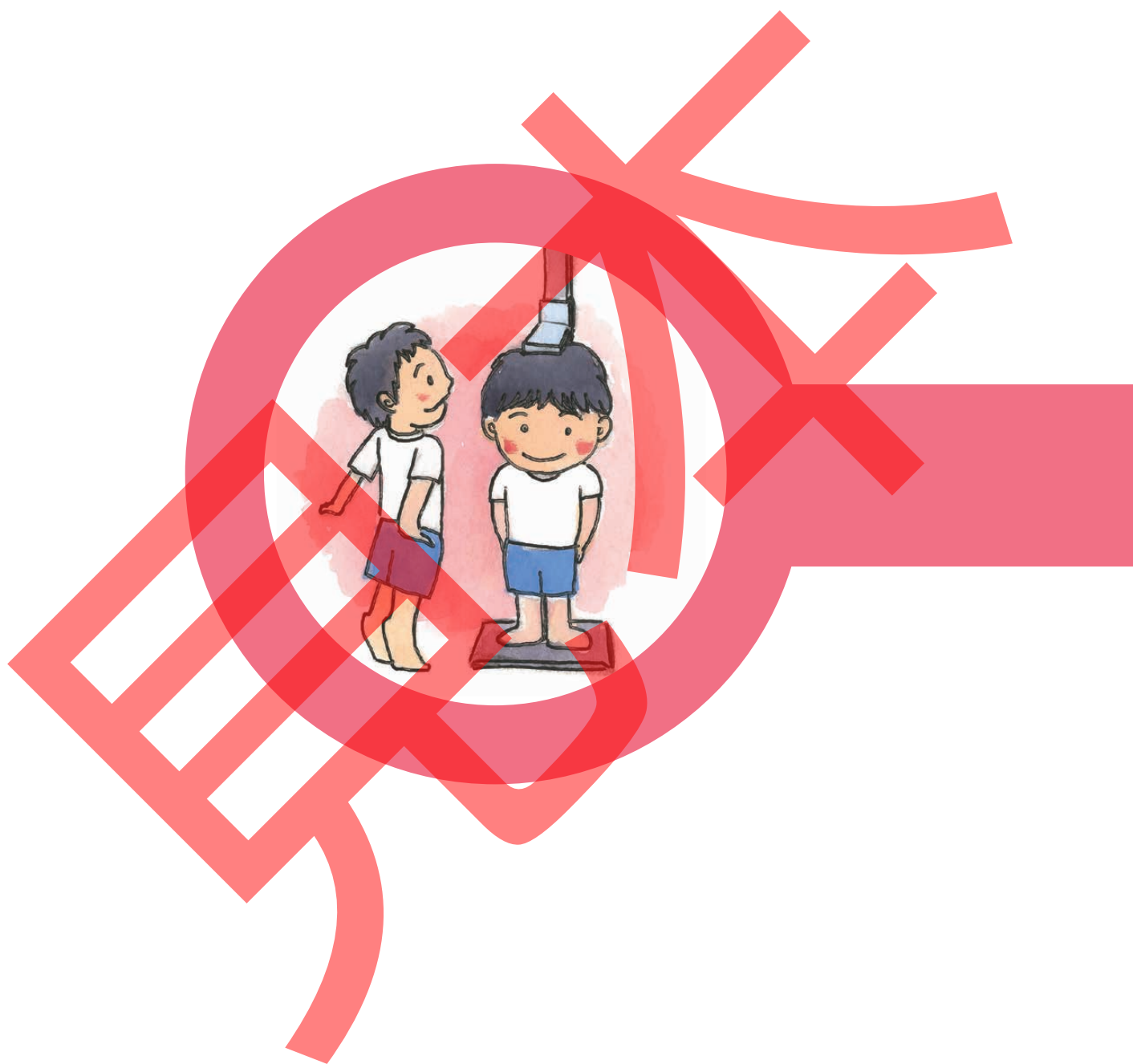
印刷 株式会社 岡田印刷

表紙・裏表紙 豊田 神戸 勝一 先生

イラスト みよし 吉田 ^{ゆうじ}祐示 先生 豊田 神戸 勝一 先生

イラスト協力 井木 宏美・遠藤 あおい

※無断で複写・複製することを禁じます。



愛知教育文化振興会
三河教育研究会

1 ねん	くみ	ばん	なまえ
2 年	くみ	ばん	