



保健だより



～自他を大切にしながら、自分の心身の健康管理ができる綾中生をめざそう～

令和7年3月3日発行

綾中学校 保健室

春の訪れを感じられるようになってきました。

この時季に「ホ～ホケキョ」と鳴くウグイスは、他の鳥たちよりも早めに鳴くため、「春告鳥」^{はるつげどり}とも呼ばれます。部屋の換気や石けんでの手洗い等、引き続き、感染症予防を心がけていきましょう。



2年生

思春期ピアカウンセリング

2月26日(水)3～4校時に「思春期ピアカウンセリング」を行いました。宮崎県の事業で、今回は宮崎県立看護大学の助産専攻の学生8名が来てくださり、各クラスに4名ずつ入り、授業をしてくださいました。

「思春期の身体の変化」「月経について」「思春期のこころの変化」「LGBTQについて」「性情報・SNS」「生命の誕生」「妊娠について」「いま妊娠したらどうなるか?」「性感染症」「性感染症の感染経路」と、たくさんの内容を分かりやすい映像や動画から学びました。性感染症の感染経路では、水まわし実験を行い、感染症の拡がりをみんなで実感することができました。

後半は、3つの体験ブースに分かれて、「妊娠体験」「赤ちゃんのお世話」「人生設計」を体験しました。5～7kgもの重さのある妊婦ジャケットを身に付け、物を拾う、寝返り、起き上がり等をやってみて、妊婦を体感することができました。

生徒の感想からは、大学生から多くの学びを得たことの喜びや、妊婦を体感したことで母への感謝のきもちをもったという声が多く聞かれました。「性」を学ぶことは、自分の「生」を考えることにつながります!



今回綾中学校で命の大切さ、性に関する正しい情報について、生徒のみなさんと考えさせていただき、講話も体験もみなさん真剣に取り組んでいただけてとてもうれしかったです。私たちも綾中学校のみなさんのフレッシュな考えや意見を聞くことができてとても勉強になりました。今後を命について、性について一緒に考えていただけたらうれしく思います。ありがとうございました!!

宮崎県立看護大学
別科助産専攻
岩田美穂子

今日は、至らぬところがあつたかもしれませんが、私たち助産学生の話も真剣に聞いて頂きありがとうございます。命の大切さや生きていることの素晴らしさが伝わっていたら嬉しいです。中学生の皆さんと一緒に将来の夢のお話ができただけでもとても楽しかったです。皆さんの将来を応援しています!!
宮崎県立看護大学 別科助産専攻 高峰春那

大学生からのメッセージ

3学期 保健教育情報

1年生



「多様な性 ～差別・偏見からいのちをまもる～」

私たちの「性」は、「こころの性」「からだの性」「好きになる性」「表現する性」の 4 つで構成されていることを知り、具体的な数字をもとに今の社会の現状についても知りました。動画を視聴し、LGBTQは決して特別ではなく、性の在り方は一人ひとり違い、それを尊重する気持ちは社会がとても大切だと学びました。「もし身近な人からカミングアウトされたら、どのような言葉をかけるか。」「あらゆるセクシュアリティをもつ人も安心して暮らしていくにはどうすればいいか。」を考えることができました。

～生徒の感想から～

- ・人々は違うことが当たり前ということを今のうちに分かっておいて、優しい言葉をかけてあげて、困っていたら協力するということが大切だと気付いた。
- ・もっと多様な見方をすることで、誰もが暮らしやすい世の中になればいいなと思いました。
- ・男は男、女は女という固定観念を減らし、誰もが自分らしくいられたり、辛くならないような雰囲気をつくっていくことが大切。そして、多様性を認め、自分の価値観で誰かを批判したり、傷つけないようにしていくことも大切。
- ・「多様な性」について、もっと調べてたい。性への理解を深めていきたい。
- ・みんなが多様な性への理解が必要だと思う。もし、身近な人からカミングアウトされた時にどう対応すればいいかなどが考えられた。

2年生

宮崎県立看護大学学生との思春期ピアカウンセリング

※表面をご覧ください♪

3年生

予告 「デートDV」+「いのちの贈りもの」

県立高校一般入試が終わった後の日程で実施します。

中学校卒業を迎える3年生には、デートDVの内容と、臓器移植の内容を取り上げます。

☆幸せなできごと☆



早退する友達の荷物の準備を

「持ってきますね!」と言い、サッとまとめてくれる生徒がいます。
また、授業中に荷物を取りに行くと、座席や棚の場所をすぐに教えてくれます。
「今、何が必要か。」考えて行動してくれてる気持ちがとても嬉しいです☆



きりとり

ご意見・ご感想をお願いします。

年 組 お名前:

※御記入後は、保健室入口のポストへ入れてください。