

ほけんだより 2月

2022年2月22日(火)
旭中学校 保健室

2月も半ばを過ぎ、あっという間に今年度も残りわずかです。新型コロナウイルス感染症もまだまだ油断できない状況が続いています。手洗い・換気・咳エチケット等、基本的な感染症対策を再度確認し、しっかりと体調管理をしましょう!



アレルギー大丈夫?



自分へもごほうび♪

♥HAPPY VALENTINE'S DAY♥



わたしなりに、やれてるね。

思いやり♡月間

感染症 うつしません



ほかほかの言葉づかい



言って ほかほか 言われて ほかほか

考えよう、コミュニケーション～言葉のチカラ～

自分のしたことをほめられたり、しんどいときに共感してもらえたりすると、うれしかったり、少し楽になったりします。逆にけなされたり、冷やかなことを言われたりすると、腹が立ったり、さらに落ち込んだりしますね。

むかし、言葉には人間の理解や常識を超える不思議なチカラが宿っていると信じられていた…そんな話を聞いたことがあるかもしれません。私たちが普段の生活の中で発している言葉は、お互いの行動や考え方に大きな影響を与えています。言葉がもつ大きなチカラの存在をもうなずけますね。



近年、ネットが普及したことによって、人と人とのコミュニケーションにもSNSなど次々に新しい形が生まれてきました。それでも、『言葉のやりとり』という基本的なところは変わりません。「自分がこう言ったら(送ったら)、どう思うかな?」と、ちょっと立ち止まって相手のことを考えながら…そんなことを心がけていきたいものです。

性に関する教育を行いました

2月7日(月)に「性に関する教育」を行いました。宮崎県助産師会 宮崎か母ちゃっ子クラブ 吉田 美香 先生を講師としてお招きして、生命誕生や妊娠、不安や悩みの解消法等について詳しくお話していただきました。「生きていだけで100点満点」という言葉が心に残り、改めて自分を大切にしたいと思った生徒も多かったようです。将来について考えるとても良い機会となりました。



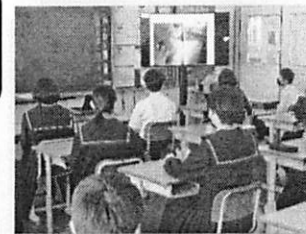
【生徒の感想】



自分の噂をしているのではないかとネガティブに考えることがあったけど、吉田先生のはげましの言葉やストレスなどの対応について教えてもらったおかげで、自分の考えが少し変わった。

自分自身も最近心のコントロールの仕方がわからなかったり、ちょっとしたことで不安になったりすることが多いので、講演を聴いて少し楽になった。周りの人が悩んでいたなら積極的に相談にのり、友達と助け合っていきたい。

今まで妊娠や出産についてあまり考えたことがなかったけど、多額のお金がかかることや性感染症になる可能性があることを知り、自分の将来の計画を真剣に考えていきたいと思った。



赤ちゃんがおなかの中でも頭を使っていることにビックリした。また、自分が辛いときや苦しいとき「生きていだけで100点満点」という言葉を思い出そうと思った。



むし歯治療率 46.7% 《2月21日現在》

むし歯があった人60人中28人の治療が終わりました。全校でのむし歯治療率第1位は3年2組(66.7%)、第2位は1年1組(60.0%)です。

今年度も残り1ヶ月です。来年度の歯科検診前に治療を済ませましょう!また、中学生まで350円で歯科受診ができます。3年生は残り少ししかありません。早めの受診をおすすめします。