

# ほけんだより3月

ほけんだより No.12

令和8年3月12日

北方学園中学校保健室

自分で読んだ後は、おうちの方に渡しましょう。

いよいよ来週が卒業式です。新しい環境での生活が始まる3年生、進級する1・2年生、北方学園のみなさんが素敵な春が迎えられよう心から願っています。

## 保健室の1年間

どのくらい利用したかな？  
みんなの健康のふりかえり

【今年度の保健室利用状況】3月10日現在



ケガの件数

57 件



病気の件数

133 件



歯科受診率

50.0 %



眼科受診率

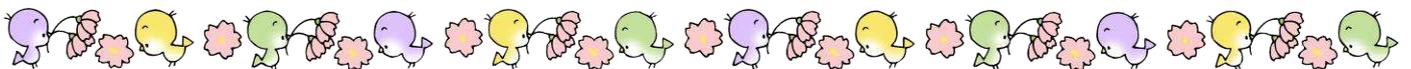
22.2 %



今年度は、保健室の利用数がとても少なかったです。みなさんが健康に1年間を過ごせた証拠です。この数以外にも、ちょっと相談事で保健室に寄ったり、毎週のように身長を測りにきたり、健康診断だったり、委員会の仕事であったり、この1年間たくさんの人が保健室を利用しました。

歯科受診率は半分、視力は約2割…。定期的に自分のメンテナンスをしてあげてください。

3学期は、インフルエンザB型が猛威をふるい、学級閉鎖になったクラスもありました。しかし、保体委員会を中心に感染症対策をととてもよくがんばっていました。みなさん協力ありがとうございました！



## 保護者の方へ

保健室には、汚れてしまったとき用の衣類（体育着、ハーフパンツ、ジャージ、月経用ショーツ）を準備しています。体育着は洗濯して返却、ショーツは新しいものと交換です。今年度まだ返却していないご家庭は早めをお願いします。

また、数が少ないため、ご家庭に使っていない体育着やジャージがあれば、寄贈いただくと助かります♪



また会える日まで  
お元気で



See you again someday.

# 性に関する教育・薬物乱用防止教室がありました

1年の締めくくりということで、さまざまな健康に関する授業や講話を実施しました。

## 【中1】

生命誕生

実施者：学級担任



生命誕生についてふりかえり、命の大切さや支えてくれている人々への感謝の気持ちに気づき、これからの生き方について考えました。



赤ちゃん人形をだっこしたり、  
妊婦体験もしました 🤰



## 【中2】

男女のかかわり（月経教育）

実施者：学級担任、養護教諭



月経について理解することで、みんなが快適にすごすためにどうすればいいのかを考えました。



実際に男子にも生理用品に触れてもらいました。初めて見る生理用品にドキドキ💦恐る恐る触れていましたが、女子が先生になって教えてくれました！

## 【中3】

講師：宮崎県助産師会

か母ちゃっ子くらぶ  
谷村 めぐみ さん



妊娠・出産といった新しい命を育む尊さや命の大切さを再確認しました。

新たな環境で生活する3年生  
のこれからの未来が明るく希望にあふれますように 🎵



## 【薬物乱用防止教室】

講師：スクールサポーター

興梠 教三 さん

他、延岡警察署3名



喫煙、飲酒、薬物乱用の危険性や乱用防止の手立てなどを教えていただきました。SNSの普及から薬物が身近になってきていること、宮崎県の薬物による検挙数のほとんどが若者によるものなど警察の方だからこそ聞ける内容もありました。

薬物のレプリカをみせていただきました。 🍷



未成年の飲酒・喫煙は  
ダメ！絶対！  
薬物乱用は、一生  
ダメ！絶対！



どの内容もこれから生きていく中学生にとって大事なことです。  
ぜひ家族でも話し合ってみてください！

