

ほけんだより

令和4年度
豊橋工科高校 全日制 保健室

我が家のメダカ水槽に稚魚を発見。
大人メダカに食べられないよう水槽を
分けました。水が汚れていないか...エ
サは食べられているか...心配だらけで
若干ストレス。大きく育ちますように。



9 救急の日

病院や保健室を
利用するとき
大事なことは?

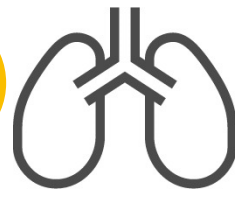
適切な対応のキは...

「状態・状況の確認」

迅速かつ適切に処置をするためには、たくさんの判
断材料が必要。自分や周りの人が、けがや体調不良で
処置が必要になったときは、できるだけ詳しく状態、状
況を伝えられるよう意識してください。



9 24 30 結核予防週間



結核は...

1日に5人が命を落とす 日本の重大な感染症

結核は、結核菌によって主に肺に炎症が起こる病気
です。コロナでもないのに、こんな症状が2週間以上続
く...。そんな時は、早めに受診をしましょう。

タンのからむ咳 微熱 だるさ



7/4 学校保健委員会

デートDV予防啓発講座 報告

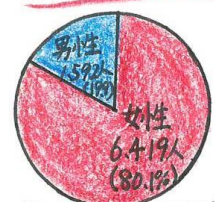
2A保健委員(田中・橋本)

講師 ウィメンズカウンセラー 具 ゆり 先生

2U保健委員(本庄・山崎)

今現在、カップルの3組に1組にデートDVが起きています。

男女ともに被害はある



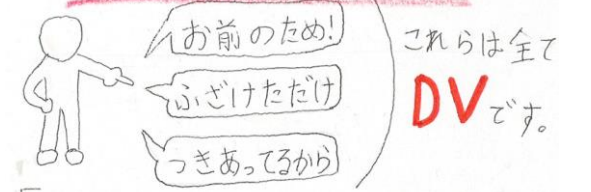
DV相談者の性別(R3)

「イヤ」と言うのは難しい
被害者は、聞いてくれない
嫌われたくない気分を損ねて
しまうなどと言った理由に
よって、イヤと言えなくなって
しまいます。

どんなことが起きているの? - DVの具体例 -

- ・身体的暴力(殴る、蹴る、首を絞める)
- ・精神的・心理的暴力(発言権を与えない、ソワバク)
- ・性的暴力(性行為の強要、レイプ) など

暴力も愛情の形なの?



「暴力は相手をこわがらせて支配する手段」です。

友だちや交際相手との間で大切なことってなに?

1. 「自分らしさ」を大切にする
2. 「コミュニケーション」を深める
3. お互いの「YES」「NO」を認める

一緒に成長しよう!!

3つのステップで自分を守る!!

- STEP1 断る = No
- STEP2 離れる・逃げる = Go
- STEP3 話す = Tell

困ったときは?
できるだけ早く専門家に!!
親や友達にも相談しよう!!

友だち、おとな、情報、知識につながるために。

#つながるBOOK

関連して...

カップル間の暴力...どこに相談したらいい?

身近な人に	地域の相談窓口	LINEで
<ul style="list-style-type: none"> ★おうちの人 ★先生や保健室 ★スクールカウンセラー など信頼できる大人に。	<ul style="list-style-type: none"> ★DV電話相談 0532-33-9980 (月~土/9:00~15:00) ★愛知県男性DV被害者ホットライン 080-1555-3055 (土/13:00~16:00) など。 	<ul style="list-style-type: none"> ★デートDV110番

セルフプレジャーは何回しても大丈夫。

セルフプレジャーとは自慰行為のこと。性的な欲求を自分でコントロールすることは大切です。

- 5つのマナー
- ①プライバシーが守られる空間で。
 - ②優しく、丁寧に。
 - ③清潔に。爪は短く。
 - ④後始末までしっかり。
 - ⑤無理に見せない、聞きださない。

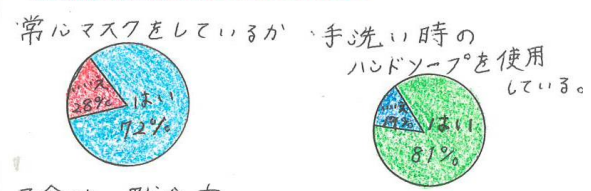
8/19 愛知県学校保健会 県立学校部 保健研究大会に参加しました

2E保健委員(白谷・立元)

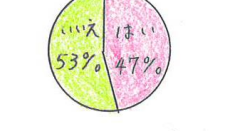
お世話になりました
大木東 未井介 さんの公演を聴きました!
NPO法人 日本ホスピタルワーカー協会 理事長
・ホスピタルワーカーは
病院内で直接行って、入院中の子ども達に対し
パフォーマンスの高い仕事です

- 大木東 未井介 さんが高校生に伝えたい事
- ①友だちも大事にすること!
 - ②其月待たれたら其月待たれる!
 - ③今を大切にすること!
 - ④手帳を使うこと!

犬山南高校の発表を聞いて
「感染症予防アンケート」



昼食時の黙食率



犬山南高校の資料より

「アンケートを見て思ったこと」
・コロナ時期になってから、
コミュニケーションがとりにく
くなって来たことも多くあって、
人間関係を上手く構築する
のができない要因でもあるため
コミュニケーションが重要であること
が分かりました。