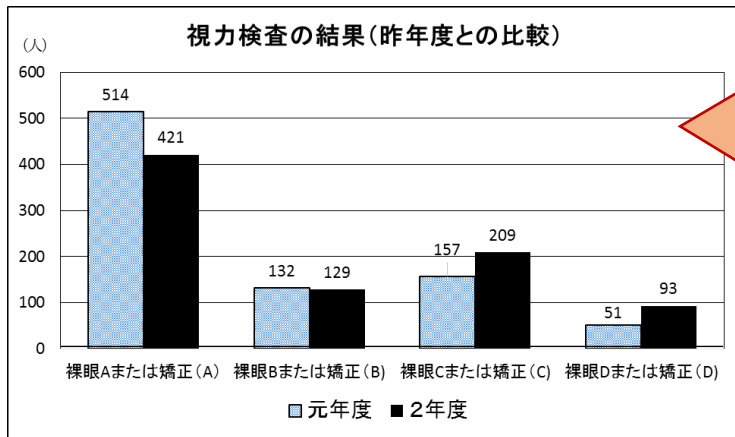


秋風が心地よい季節となりましたが、朝晩はかなり冷え込むようになりました。冬の制服への移行期間が始まったので、その日の天候に合わせて制服を選択してもよいと思います。季節の変わり目は、体調だけでなく自律神経も崩れやすくなる時期です。大切になるのは、基本的な生活習慣です。スマホやタブレットなどのメディアを操作していて、寝る時間が遅くなっていることをよく聞きます。体調を崩れやすくなるこの季節、元気に過ごすために、家庭でメディアの使用ルールを決めてみてはどうでしょうか？

矢北中生の視力が下がっています



左のグラフは、今年と昨年の視力検査の結果です。昨年度と今年度の結果を比較すると、視力 A の生徒が約 100 人減少し、視力 C、D の生徒が合わせて約 100 人増えています。このような結果になったことは今までありません。みなさんは、この結果は、何が原因だと考えますか？



視力が下がった原因として考えられるのは、「メディアの長時間使用」です。今年も、臨時休業期間があったため、家庭で過ごす時間が増えました。ステイホームで、メディアの使用時間が増えたことも、視力低下の原因と考えられます。視力は悪い状態のままだと、学習や部活動など、様々なところに支障がでてきます。視力の低下を感じたら、早めに病院で受診しましょう。

耳鼻科検診を行います

新型コロナの影響で延期していた耳鼻科検診の日程が決まりました。

日時：10月22日(木) 8:40~11:00

対象：1年生全員、2, 3年生抽出生徒

耳鼻科検診は、耳、鼻、咽喉頭の病気の発見や、発達を知るための大切な検査です。前日には必ず耳掃除をしてきてください。



9月身体測定結果



		身長 (cm)		体重 (kg)	
		校内平均	5月との差	校内平均	5月との差
男子	1年	155.2	+2.0	47.3	+2.4
	2年	160.8	+1.5	50.0	+1.7
	3年	165.2	+0.6	54.7	+1.4
女子	1年	152.7	+1.3	44.8	+1.3
	2年	154.3	+0.5	46.7	+0.3
	3年	156.7	+0.2	50.5	±0

今年度は5月に行った身体測定の結果と比較しています。3か月間でも、特に1年生男子の身長と体重の増加が大きく、成長が著しいことが分かります。成長の仕方には個人差があります。睡眠をしっかりとり、規則正しい生活を続けていきましょう。

3年生思春期教室 ～もっと知ろう！生と性のこと～

10月8日（木）に保健所の保健師の方を講師としてお迎えし、3年生の思春期教室を行いました。

講話では、性感染症や妊娠についての正しい知識、自分や相手を大切にする関係づくりについての話を聞きました。少し緊張しながらも真剣に話を聞く生徒の姿からは、命や性について自分事として受け止め、深く考えている様子が伝わってきました。自他の命を大切にして、責任ある行動がとれる大人へと成長して行ってほしいです。



～生徒の感想～

●性感染症はやっぱり怖いと思いました。感染して気づかずにいると、自分が感染させてしまう立場にもなり、命に関わってくることも分かりました。また、赤ちゃんができて産めない場合は、中絶しないといけなくて、1つの小さな命が消えてしまうことになるので、大人になって産める準備が整うまでは性的関係をもたないようにしたいです。

●先生や親にはなかなか聞けないデリケートな話がきけてよかったです。適切な時期に妊娠することの重要性を知ることができました。ネットなどに書いてあることが全て正解ではないから、適切な情報を得ることが大切だと思いました。

●今まで性教育をしっかりと受ける機会がなかったですが、今回受けることができ、生と性を理解することができました。知らないこと、合っていると思ったら間違いだったことなどを知り、自分のためになり、これからの人生にしっかりと生かしていきたいと思いました。

●性のことは人に聞きづらいことだから、分からないまま大人になってしまわないか不安なところもあったけど、今回の話をきいて、これからは正しい知識をもって行動しようと思いました。

●子どもを育てることは簡単だと思っていたけれど、実は違って、お金もかかって大変だということが分かりました。これまで育ててくれたお父さん、お母さんにはすごく感謝することがたくさんあるなと思いました。