

# 健康だより 3月

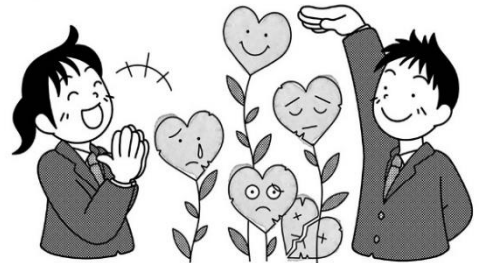
岡崎市立矢作北中学校  
令和6年3月21日  
第11号

この1年間、心身ともに健康に過ごすことができたでしょうか。3月は、寒暖差や花粉症の影響で体調を崩した生徒もいましたが、感染症は収まりつつあります。

1年を振り返ると、楽しかったことだけでなく、苦しかったこともあったと思いますが、その経験の全てが今の自分をつくっています。自分が成長したことに自信をもち、周りの人への感謝の気持ちを忘れずにいたいですね。

また新しい年度が始まります。今の自分より、1年後、「今の自分が好き」だと胸を張れるよう、一日一日を大切に過ごしましょう。

楽しい思い出も つらい体験も



成長につながる財産なんだよ。

## 保健室の1年間

3月12日現在の保健室利用状況

1年間で3,065人

お迎え等、ご協力ありがとうございました。

体調が悪くなって  
利用した人

1,828人



けがをして  
利用した人

821人



健康相談 127人 その他 289人

来室者が多かった月 9月

来室者が多かった曜日 火曜日

1年生 1,021人

2年生 1,004人

3年生 987人

特別支援学級 53人

体調が悪くなる時は  
自律神経も乱れがち。  
心も不安定になりや  
すいです。心と体はつ  
ながっています。

### 保健関係の書類の配付と提出のお願い

本日、来年度の緊急連絡カードと定期健康診断の事前調査を持ち帰ります。春休み中にご記入いただき、**4月5日(金)の始業式**の日に、封筒に入れて提出をお願いします。

新しいクラスについては、始業式の日に生徒が記入します。よろしくお願いします。



### 子宮頸がんの予防には、HPV ワクチン

HPV(ヒトパピローマウイルス)は、とてもありふれたウイルスで一度でも性的接触があれば男女を問わず誰でも感染する可能性があります。日本では毎年約1.1万人が子宮頸がんにかかり、約2,900人が亡くなっています。20代、30代の若い世代で急増するのが特徴です。HPVワクチンの定期接種が**公費負担(無料)**で行われていますので、岡崎市からのお知らせを確認ください。

【対象者】①小学校6年生から高校1年生相当の女子

②平成9年度から平成19年度生まれの女子(令和7年3月末で終了)



## 2年生思春期教室より

### 【パート1】「よりよい関係を築くために」

2年生のアンケートを基に、男女の考え方の違いや性的欲求の違いについて考えました。個人差もありますが、思春期は、ホルモンの分泌が盛んになるため、性に関する興味や関心が高まり、「体に触りたい」という性衝動や欲求も湧いてきます。付き合い方には段階があるので、コミュニケーションをとって相手の考えを知り、お互いを尊重した付き合いができるようになってほしいと思います。

### 【パート2】「もっと知ろう！生と性」

保健所の保健師さんをお迎えして、男女の体のしくみ、いのちの始まり、性感染症等について、正しい知識を学びました。また、全員が赤ちゃん人形の抱っこ体験をしました。



### <2年生の感想>

- ★赤ちゃん人形が思っていたより重かったです。知識をしっかりとっておかないと取り返しのつかないことになるし、性感染症のリスクもあることがわかりました。これからは、正しい知識を付けていこうと思いました。
- ★赤ちゃんを抱っこした時、腕の中にすっぽり入っている感じで可愛かったです。中高生の性的接触で妊娠してしまった時、自分なら墮ろすだろうと思いました。でも、最後に、伊藤先生の同級生が中絶のためのお金を集めていたという話を聞いた時、ゾッとしました。無責任にやっていいわけがないと思いました。
- ★実際に赤ちゃんを抱っこした時にすごく持ちにくくて、本物の赤ちゃんだったら動くし泣くからとても大変だと思いました。思春期教室を通して正しい知識をもつことがとても大切だと感じました。
- ★学校の授業で性についての学習をしたけど、避妊の方法とか詳しいことを知らないまま大人になることを不安に思っていたので、今回、その方法や性的接触の危険性などを教えてもらえて安心できた。
- ★自分が思っていたより責任が重く難しいことだと思った。子供をもつ準備ができるまでは性的接触を避けたいと思った。
- ★男女の思いの違いがあるから、子供が育てられる環境になって、互いの同意ができたらということを忘れないようにしたい。
- ★今までは、自分が育ててもらっていることに対して、何も考えていなかったけれど、今生きていることや、自分がここまで育ててもらっていることは、当たり前なんかではなく感謝すべきことであり、奇跡であるということがわかりました。

