

今年も残すところあとわずか 保健委員会の活動より

保健委員会では、文化祭で朝食についてステージ劇を通してその重要性を呼びかけてくれました。また、はみがきチェック週間、ハンカチティッシュ調査など身の回りの清潔習慣の形成に向けて取り組んでくれました。継続して行っているハンカチティッシュ調査のおかげなのでしょうか、さっとポケットからハンカチが出てくる三中生にびっくりしました。当たり前のことかもしれませんが、保健委員のこのような活動がなければ、当たり前にはならないと思います。はみがきについては、歯ブラシが持参されず給食後の歯みがきが習慣になっていない人がまだまだいます。こちらはもう少し歯みがきの重要性について発信していきたいですね。役員もバトンタッチをしました。2年生の活躍に期待します。



「いのちの学習」 性（生）に関する学習を行いました。

1年生・・・「思春期ってなんだろう？」 体の成長と心の成長について

LGBTについて、中学生は思春期といって心も体も大きく成長する時期であること、個人差や男女差があることを確認しました。また、アンケートをとって、クラスの男子から女子への要望と女子から男子への要望を見て比べ、物事の感じ方の違いに気づくことができました。

【感想】・LGBTはとても自然なことだと思った。認め合いたい。

- ・男子と女子で不満の差がすごくあってびっくりした。違いを理解することが必要なんだと思った。
- ・相手のことを考えるって大事だと思った。

2年生・・・出前講座「命の学級」

【感想】・生命の神秘や命の誕生について興味をもつきっかけになった。

- ・出産までの過程がわかった。親や周りの人への感謝の気持ちが芽生えた。
- ・人には生み時（出産適齢期）があるということが分かった。
- ・生まれてくる赤ちゃんの凄さや力強さを感じた。

3年生・・・大切にすること 大切にされること デートDVのお話より

デートDVとは何かということについて、先生がたの白熱した演技を通して学習しました。男女のお付き合いの仕方について、人とのかわり方について、困ったときはSOSを出してもいいんだということ学びました。

【感想】・嫌なことを言われて「心が痛い」というように「痛い」「嫌な」と感じることは全てにおいて、「暴力」となり、あってはならないことだし、幸せになるということは難しいと思う。自分は何者なのかと考えさせられる、いい時間でした。

- ・自分は将来お父ちゃんになるかもしれないから、そのときはお母ちゃんを支えられるお父ちゃんになりたいと思いました。
- ・恋人だけでなく、友達との付き合い方にもつながってくるお話だった。自分が嫌なことは嫌だといえる、そんな関係を作れるようにしたいし、そんな友達を見つけたいです。
- ・DVについて悩まないで、もしそのようなことがあったら相談したりしたいし、自分もそういうこと（DV）はしたくないです。
- ・相談されたときは秘密を守っておきたいです。

養護教諭のつぶやき ～ある日の保健室・・・～

「こどもは依存と反抗を繰り返して成長する」 児童精神科医 佐々木正美 氏

「ああ もう嫌だ(何もかも)！」とうとう A 子さんの心は爆発寸前で保健室へやってきました。近頃よく保健室へ顔を出すなあと思っていた矢先のことでした。何がどうしたのかと聞いていくと、見えてきました！中学生の反抗期です。何かにつけてイライラ感が強く、怒ってみたり落ち込んでみたり不安になってみたりして、心の落ち着く場所がありません。そんな時に、学校では仲間に合わせて、なんとか自分の気持ちをコントロールして頑張ることができますが、家に帰れば心を許した家族ですので、自分の心に素直に行動したり表現したりします。するとたいていの親は「なんだ、その態度は。なんだ その口のきき方は！」と気持ちをかぶせてきます。そうすると子供はどうでしょう。気持ちの持って行き場がなく、一番安心して過ごせる家庭で一人ぼっちになるのです。ちょっとつっぱった気持ちで生活をしてしまうと、今さら素直になれないところも中学生です。素直に「ごめんなさい」とは言えません。子供たちは親に対して反抗してしまった態度を後で悔やみ、そして落ち込みます。「ごめんね」とは言えなくてもその背中が反省をしています。「親の心 子知らず」とは、大人になってからわかるものです。

まずは、「今日も 一日よく頑張ってきたね(たたかってきたね)」という気持ちで接してみませんか。

インフルエンザが三中にも
やってきました。

インフルエンザについて

抗インフルエンザ薬は、体内でのウイルス増殖が抑えられ、すぐに熱が下がる場合がありますが、それでもまだウイルスは体内に残っており、感染力が強い状態が続いています。そのため、インフルエンザの出席停止期間は、発症した(発熱)翌日から数えて5日を経過するまで、または、解熱後2日を経過するまでのどちらか長い方になります。



【連絡】

- ① 学校でのけがで、スポーツ振興センターの共済給付申請をされていないご家庭は早めにご連絡を下さい。部活中(休日の部活動、試合、大会も含まれます)登下校中、授業中、休み時間などが対象です。
- ② スクールカウンセラー、いじめ、不登校、体の悩みなど保健室が相談の窓口になっていますので、何かお困りのことなどがありましたらお気軽に連絡をください。
- ③ 「健康の記録」に2学期の結果をお返しします。お家の方と見ていただき、3学期には忘れず、持ってきてください。3学期のスタートにはみなさんの元気な笑顔に会えるのを楽しみにしています。良いお年を！！

