

ほけんだより12月

伊勢崎市立あずま中学校 保健室
令和3年12月3日(金)

今年も残すところあとわずかになりました。昨年に引き続き、感染症対策にご理解ご協力いただきありがとうございます。

12月11日は「胃に(12)いい(11)」の語呂から、「胃腸の日」だそうです。クリスマスやお正月とイベントの多い時期ですが、胃腸をいたわる生活を心掛けましょう。

性教育講演会～命をつなぐために～

10/26(火)に2年生を対象に、性教育講演会を開催しました。太田市にある「ときざわレディースクリニック」院長の時澤俊也先生からご講演いただきました。先生からは、命の誕生や性の悩み、性病や望まない妊娠についてなど、大切で尊い命を守るために必要なお話をいただきました。

性に関して間違っただけ情報がたくさん出回っており、その間違っただけ情報を信じて行動してしまうことはとても怖いことです。一人一人が責任を持ち、お互いを尊重し合い、正しい知識を持って行動するために、とても有意義な講演会となりました。

不安なことは一人で抱え込まず、家族や先生など信頼できる大人に相談しましょう。



2年生の感想を紹介します



毎日100万もの命が始まっていることを知りました。性病は他人事ではなく相手を傷つけてしまい、自分も将来子どもをつくれなくなってしまう病気があるので、ちゃんと予防したり定期的に病院で診てもらうことが大事だとわかりました。

性病の怖さや、こういう性に関係した話をあまり聞いたことがないので、聞いてたくさんのことを学んだ。小さな、大切な命を守るために、自分ができること、相手とできることをしっかり考えて生きていこうと思った。



講演会をとおして、妊娠して赤ちゃんを産むことは、とても危険で大変だということがわかりました。だから、私を命がけで産んでくれたお母さんに感謝の気持ちを持って行動で恩返しをしたいと思いました。

中学生は性に関する不安や悩みなどを抱いたりしてしまうけど、授業では学習しないようなことを詳しくわかりやすく教えてもらうことができました。誤った情報をうのみにせず、正しい知識を覚えて、性に対する向き合い方を改めて考えていこうと思いました。



命が生まれるって本当に幸せなことなんだなと思いました。赤ちゃんを生みたくても生めない、生まれない人たちがたくさんいる中、私たちは生まれて、今日常を送っていると考えると毎日が幸せの日々なんだなと思いました。

恥ずかしいと思うことも、きちんと学ぶことが大切だと感じました。性病はワクチンのない病気が多く、かかったら最後というものもありとても驚きました。みんながみんな性に対してオープンなわけではないので、このような講座は大切だと思います。



〇〇菌ってなんのこと？

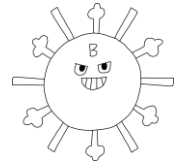
新型コロナウイルス感染症が流行し、よく目にするようになった、〇〇菌という言葉。意味を理解することで、より一層感染症対策に気合が入るかもしれません。

★強さレベル No.1 **滅菌** →ウイルスや菌などをやっつけ、限りなくゼロに近づけます。注射器やガーゼなどは滅菌処理されています。

強さレベル No.2 **殺菌** →菌をある程度退治することです。ハンドソープや消毒液などがアイテムです。

強さレベル No.3 **除菌** →菌などを取り除いて数を減らすことです。ウエットシートやスプレーなどがアイテムです。

強さレベル No.4 **抗菌** →菌が増えるのを抑えることです。(菌が住みにくい環境を作ること) タオルやスリッパなどの抗菌グッズがあります。



冬に流行する感染症

インフルエンザ

38℃以上の発熱、頭痛、筋肉痛、関節痛、倦怠感、咳、のどの痛みなど全身症状

感染性胃腸炎

ノロウイルスは嘔吐、下痢、腹痛、発熱
※嘔吐物や糞便の処理に注意



マイコプラズマ肺炎

発熱、頭痛、倦怠感、乾いた咳



溶連菌感染症

38℃以上の発熱、のどの痛み、イチゴ舌（舌の表面が赤くブツブツになる）、発疹



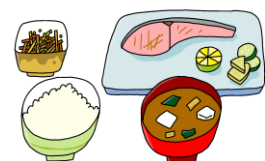
食物アレルギー個別調査のお願い

学校では、食物アレルギー疾患のお子さんが「安全・安心」に学校生活を送ることができるよう毎年アレルギー疾患調査を行っています。

1・2年生は、本日配付された調査用紙に記入し、12/10(金)までに提出をお願いします。なお、学校給食や学校生活等で配慮を希望する方及び配慮が必要な方には、後日学校から改めて保護者の方へ連絡をさせていただきます。

12月の予定

月日	対象
12/8 (水) 5校時 学校保健委員会	2年生
12/13 (月) 5校時 学校保健委員会	3年生
12/14 (火) 6校時 学校保健委員会	1年生



今年の学校保健委員会のテーマは「**感染症の予防～病気に負けない体をつくろう～**」です。栄養士さんから、免疫力をつける食事の話をしていただく予定です。