



令和5年12月4日
南知多町立篠島中学校
保健室

1年の中で一番長く行事の詰まった2学期も残り14日となりました。充実した2学期を送ることはできましたか？頑張ったことを振り返り整理して2学期を締めくくり、冬休みを楽しく迎えましょう☆

今年の冬は暖冬で平年よりもやや気温が高い予報となっていますが、それでも冬らしい寒さを感じて私はヒートテックとカイロが手放せません＊皆さんも暖冬だからと油断せず、しっかり防寒対策をして健康に気を付けましょう。

11月7日第2回学校保健委員会開催しました！

お忙しい中、保護者の方にもご参観いただきありがとうございました。

会の中では、「性の多様性から学ぶ自分らしさ」をテーマにLGBTQ+に対する理解を深めるとともに、自他を尊重することの大切さを学びました。内容を簡単にですが、下記にまとめてみました。

「性別」とは一言でいっても「心の性」「表現の性」「好きになる性」「体の性」と4つの性を意味しています。そして、この4つの性がどこに位置するかは人それぞれです。しかし、これらをあえて分類するならばLGBTQ+という言葉があります。LGBTQ+は「左利きの人」「AB型の人」と同じ11人に1人の割合で身近な存在であることが分かっています。

性のあり方はグラデーション

からだの性	女	←→	男
こころの性	女	←→	男
好きになる相手の性	女	←→	男
性表現 (服装や持ち物、口調など)	女	←→	男



最後に、講師の先生の体験談の中で私自身ハッとする温かいメッセージがありましたのでご紹介します。
「人と違うことをおそれないでください。自分に正直に生きてください。失敗をしたら、少し休んでも大丈夫。頑張ってきたことは0にはなりません。休んだそこから再スタートするだけです。自分を大切にしてください。あなたを応援してくれる人は必ずいます」



11月15日にホスピタルクラウンの■■■さん

が来校されて篠中生に向けてご講演してくださいました。会の中ではあっ！と驚くパフォーマンスや病院や戦地でご活躍なさっているからこそその温かいお話が聞けました。一部下記にご紹介します★

「あなたたちは小さいとき何度も転びましたよね。きっと転んだまま誰も手を貸さなければ、そのまま亡くなっていたことでしょう。でも、今があるのはお家の人や周りの人が助けてくれて大切に育ててくれたからですよ」「周りからみた自分が本当の自分」と今年度、取り組んでいるほめほめタイムにつながるお言葉でした。『本当の自分』を発見してみてください。



クラウンが篠中にやってきた!!

第7回ほめほめタイム

1年生 ■■■■ さん



いつも元気で明るくみんなを楽しませてくれるところや話をするときは相手と目線を合わせるしっかりした姿をステキだと思っている級友が多くいました。感想では「元気と言ってもらえて嬉しかった！これからも元気に頑張ります！」と喜びつつ今後に向けて意気込みを見せてくれました。

2年生 ■■■■ さん

いつもニコニコ笑顔でテンションが高いところや何事にも全力で取り組む姿勢をステキだと思っている級友が多くいました。感想では「明るい！楽しい！とほめてもらい嬉しかったです！」元気いっぱいにステキな笑顔を見せてくれました。



2年生 ■■■■ さん



色んな人とすぐ仲良くなれるコミュニケーション力の高さや課題に素早く取り組む勉強熱心な姿をステキだと思っている級友が多くいました。感想では「もっと元気と言ってもらえるように頑張ります！」と今以上の元気を篠中に届けてくれるようで楽しみです★

3年生 ■■■■ さん

決めたことは最後までやりきる信念の強さや絵を描いたり字を書いたりすることが上手なところをはじめ多才ですごいと賞賛する級友が多くいました。感想では「照れたけどみんないっぱい書いてくれて嬉しかった」と照れながらもステキな笑顔がみられました。



ご案内

4月に実施しました定期健康診断の受診率は【視力：25% 歯科：57.9%】となっております。年末年始は休診される病院が多く、苦痛を感じても我慢せざるを得ないことが多々あります。また、12月は混雑が予想されるため早めの受診をお勧めします。

インフルエンザは例年、11月下旬から1月に流行が始まり、3月にかけて流行します。今年は10月下旬に県内で注意報が発令されています。鼻水、くしゃみ、咳など一般的な風邪の症状に加え、38度以上の発熱や頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身の症状が比較的急速に現れます。いつもと何か違う体調の変化がありましたら積極的に受診を検討してください。また、感染症に罹患してしまったら病院より発行される「出席停止証明書」を学校へご提出ください。