



保健室だより

平成30年10月30日(火)
鳥取湖陵高等学校保健室

性に関する指導 LHR を行いました

9月14日(金)3限目に、1、2年生は性に関する指導LHRを行いました。

1年生は「それってホントにいい関係?」と題して、各クラスで鳥取県福祉相談センター

の鳥取県デートDV予防啓発支援員さんから、デートDVとはどのようなことなのか、デートDVに遭わないためにはどうしたらいいのかなどを具体的に学びました。

2年生は「かけがえのない命 ～自分を、そして友達を大切にするために～」と題して、体育館と会議室の2会場に分かれて鳥取県助産師会助産師の方々から、命の大切さについて学ぶ中で、赤ちゃん人形を抱っこする体験や妊婦シュミレーターを使った妊婦体験をしたり、性感染症について学んだりしました。

<1年生の感想を紹介します>

- デートDVはぜったいにしてはいけないと思った。もしデートDVをされたりしてしまったら、きちんと相談しようと思った。
- 今後、自分に関わることか関わらないことかは別として、デートDVにはこんなものがあるんだと分かったし、自分と関わってくれている人といい関係を築いていこうと思いました。
- がまんせずに「NO」と言える関係や、安全、自信、自由、成長がうばわれない関係がいい関係だということが分かりました。どんな理由でも暴力はだめだということがあらためてわかりました。



<2年生の感想を紹介します>

- 命を宿すということは、父親・母親・子どもの命に関わることで、それを理解した上で責任を持って性に向き合えないといけないと思った。
- “育児は育自”という言葉が印象に残った。妊娠をしている時はいろいろ気を付けること。赤ちゃんを通して自分も成長するということが分かった。
- 赤ちゃんの人形を持ってみて、思っていたよりも軽く、首がグラグラしていた。初めて抱いたけど助産師の平井さんから「上手だね。」って言われて嬉しかった。
- 赤ちゃんがおなかにいる時、下が見づらかったり、座るのが大変だということが分かった。赤ちゃんを持った時、意外と重かった。

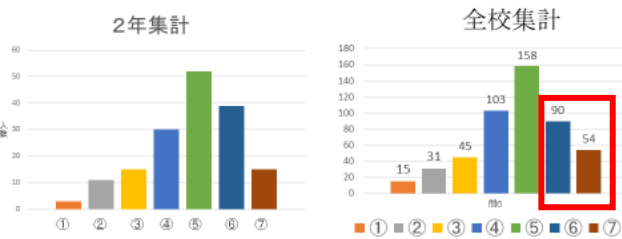


保健委員会活動報告

平成30年10月10日(水)～10月16日(火)の5日間、保健委員会がスマートフォンの使用の仕方を中心とした生活習慣の見直しについて情報提供活動を行いました。6月に全校生徒対象に実施した「スマートフォンに関するアンケート」の結果を報告すると共に、自分の生活を振り返り、改善するためにはどうすればいいのかについて報告しました。



問6 平日に何時までスマートフォンを利用していますか。



- ① 8時以前
- ② 8時～9時
- ③ 9時～10時
- ④ 10時～11時
- ⑤ 11時～12時
- ⑥ 12時～12時以降
- ⑦ 1時以降



ほとんどの生徒が夜遅くまでスマートフォンを利用している。

左のグラフはスマートフォンの利用時間についての結果です。全校の内144人(27%)が夜12時以降まで使っていると回答しています。体調を崩して保健室に来る人に聞くと、「寝るまで使っていて使いながら寝るので、いつまで使ったかわからない。」と答える人も多くいます。

問10 インターネットの利用について家庭のルールや約束事はありますか。

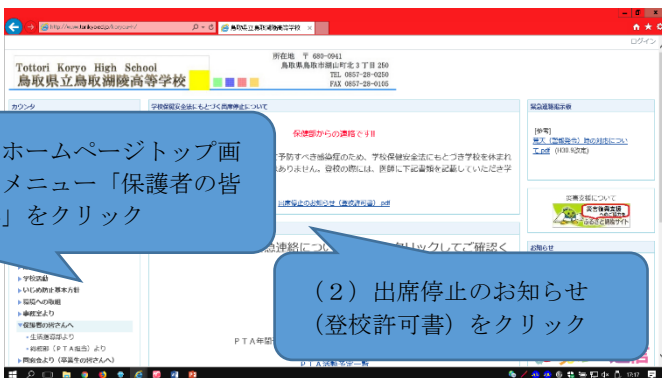


「特にルールがない」と答える人が多い

- ① 利用できる時間(長さ)が決まっている
- ② 利用できる時間帯が決まっている
- ③ 利用できる場所が決まっている
- ④ 利用できる料金が決まっている
- ⑤ 通話やメール相手を限定している
- ⑥ 利用サイトを限定している
- ⑦ 出会い系サイトや有害サイトにアクセスしない
- ⑧ ショッピングをしない
- ⑨ メールを行わない
- ⑩ 悪口や人を傷つける事を書きこまない
- ⑪ 自分や他人の個人情報を書き込まない
- ⑫ 履歴を保護者が確認する
- ⑬ ルールを破ったときの約束がある
- ⑭ 困ったときはすぐに保護者に相談する
- ⑮ その他
- ⑯ 特にルールはない
- ⑰ わからない

また、スマートフォンの利用について家庭のルールが無いと回答している生徒が237人(45%)います。寝る部屋にスマートフォンを持って入らないなど、家庭でのルールを決めるようにしましょう。

インフルエンザによる出席停止書類について



朝晩涼しくなり、体調を崩す人が増えてきました。毎年12月頃になるとインフルエンザにかかる人が出始めます。インフルエンザと診断された場合は速やかに担任まで報告をお願いします。なお、本校のホームページに「出席停止のお知らせ(登校許可書)」をアップしています。ダウンロードしてご利用ください。