



能登川高校 保健室発行 R6年11月

- * 「保健便り」は心身の健康の保持増進を目的として発行しています。
- * 保護者の方にも読んでいただきましょう。
- * 本校ホームページにも掲載しています。

教室の換気をしよう！ ～新型コロナ・インフルエンザ・風邪予防です～

- 常時、**換気扇：ON**（換気扇がカーテンで覆われないようにする。）
- 常時、換気扇と対角線上の**廊下側天窓：開**（対角線上の2箇所の窓を10cm以上、開けると効果的。）
- 常時、上記天窓付近の**廊下窓：開**（雨や雪の日は降り込まない程度に開ける。）
- 冷暖房使用時、**加湿空気清浄機：ON**（空気が乾燥するとウイルスが空気中を漂いやすくなり、ロや鼻に簡単に入り込んでしまいます。）
- 常時、**CO₂モニター（二酸化炭素濃度測定器）：ON**（基準値：1500ppm以下。オレンジや赤マークになった場合は、出入ロドア等を開けて空気を入れ換える。）
- 授業終了時、**授業担当者と協力してその他の窓を広く開ける。**

* 寒く感じるときは、各自、ひぎ掛け等で温度調節してください。

「性教育講演会」実施しました。【令和6年9月25日（水）1・II部1年次対象】

アンケートの結果、90%以上の生徒が「良かった」「わかりやすかった」と答えていました。

プレコンセプションケアは命の健康

プレコンセプションケアは、「妊娠前の健康管理」の意味



今の命、将来の命をみんなで考え支えること

人を好きになる
人との距離、承認、どこからが性暴力？

自分らしくいられる関係



自分らしくいられる関係

本当に愛されてる？

私を守るのは、私自身！



本当の愛は相手のことを優先できる

性教育講演会：主な感想文

- ・暴力はダメ。あなたは悪くない。1人じゃない。
- ・相手を尊重する、大切にすることが大事。
- ・規則正しい生活が一番だって事がわかりました。
- ・自分を大切にしようと思ったし、いろんな性があるんだなと思いました。
- ・人の嫌な事はしないということ。
- ・正しい知識をもつことが大切。
- ・10代の妊娠、また中絶が多いことが印象に残った。
- ・妊娠したくてもできないことがあるということに、驚きました。
- ・相手と対等な関係でいることや嫌な事を嫌ということ。
- ・わたしたちがうまれてきたことが当たり前じゃないということに改めて思った。
- ・暴力は叩いたりするだけではなくいろいろな種類があると初めて知りました。
- ・今回の話を聞いて、中学校でも話を聞いた事があったけど高校で聞いてみたら、また違う発見や、より自分の将来のことを考えられたと思いました。
- ・知らない人と連絡しない！！
- ・本当に自分が愛されているのかを見極めることが大切だと思った。
- ・本当に命は大事にしないといけないと感じたし、自分が今こうやってなんの病気もなく生きてれるのはすごいことなんだなと思った。
- ・DVや性感染症などになったら、迷わず相談した方がいいと分かりました。
- ・とても聞きやすく、中学より詳しい知識を得ることができた。
- ・自分たちの未来のために生活習慣を見直そうと思った。

秘密はかならず守ります。

妊娠のことで困ったら…

にんしんSOS
滋賀



ハイイウエン ニンシンキュウキュウ

電話でのご相談

090-8810-2499

相談
無料

受付時間〔月・水・金 18:00~20:00 日曜 14:00~16:00〕

電話が通じない時はホームページよりメール・LINEでご相談ください。

