

保健だより 11月

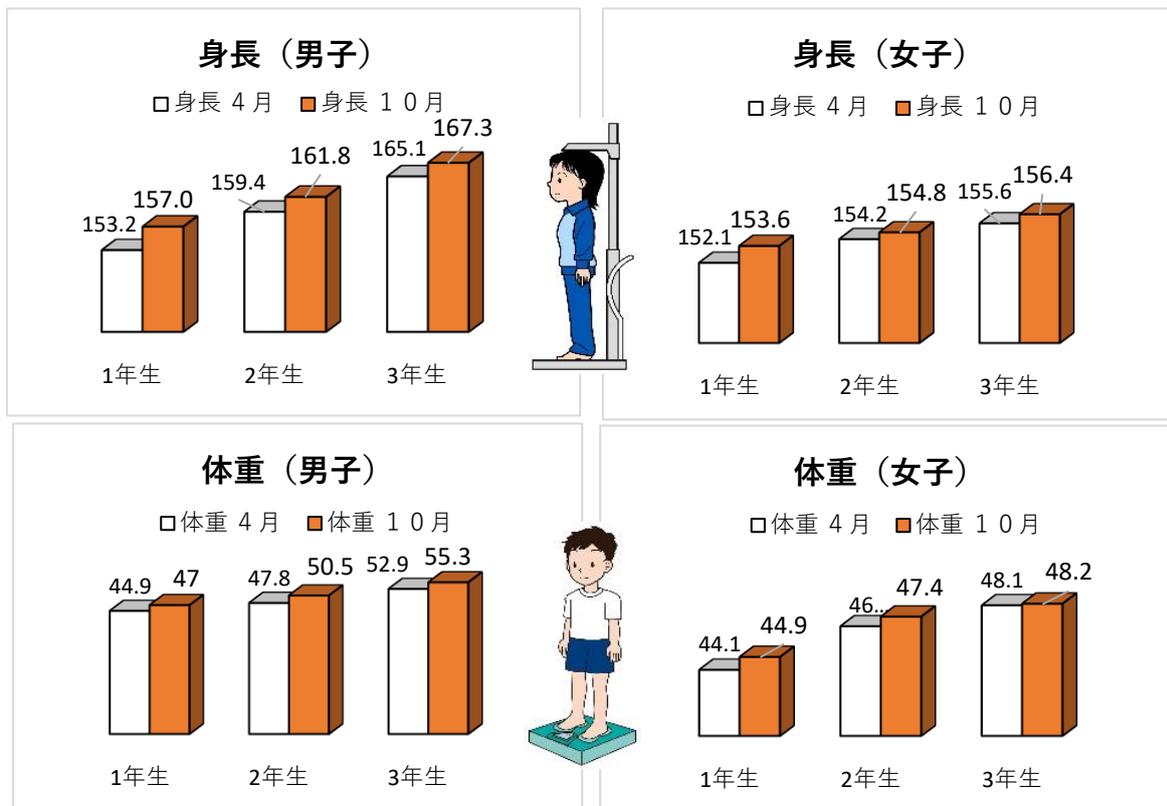
安城市立桜井中学校 保健室 R6.11.5 No.7

空気が冷たく乾燥してきました。鼻水や咳、のどの痛みを訴える人が多くなってきています。こまめに水分補給をするなどして、のどの乾燥を防ぎましょう。また、寒くなってくるとインフルエンザなどの感染症が広がりやすくなります。手洗いや換気を心がけていきましょう。



身体測定の結果 (R6.9~10月実施 学年平均 4月との比較)

今年度2回目の身体測定を行いました。大きくなった人もそうでなかった人も、自分の結果と健康状態を確認しましょう。



体の大きさは人それぞれ。成長の早さにも個人差があります。人と比べる必要はありません。大切なのは、身長と体重とのバランスが取れているかです。



「思春期の心の変化への対応

～性情報との向き合い方について考えよう～ | 1年生保健

1年生は、保健体育「心身の発達と心の健康」の単元で、体や心の発達やストレスへの対処のしかたについて学んでいます。体の成長や変化にともない、心も成長や変化をします。そのような時期（思春期）は、個人差はありますが、性への関心が高まり、異性や自分の体のことが気になるようになります。授業では、異性との関わり方や性情報との向き合い方に関して気をつけることについて、3つの事例（性的同意、架空請求、児童ポルノ被害）をもとに意見を出し合い、問題点や対処法について考えました。

性情報との向き合い方を考えよう
【事例2】 アダルトサイトの架空請求

【事例2】【事例3】の対処法をグループで考え、タブレット端末を使い、意見を共有しました。<1Eの授業より>

性情報との向き合い方を考えよう
【事例3】 自撮りによる児童ポルノ被害

Gさんは最近、SNSで知り合った男性と、SNS上でメッセージのやり取りをしています……。Gさんは、メール交換しているうちに、優しく、いつも相談に乗ってくれるこの男性に好意を抱くようになりました。男性から制服姿などの写真を求められることがあり、内容は徐々にエスカレートしていきました。

ある日、「男性から下着姿を送ってくれたらうれしい。」とメールが来ました。Gさんは、この男性に画像を送ろうかどうか迷っています。

アダルトサイトの架空請求	自撮りによる児童ポルノ被害
一班 サイトを間違えないようにすること 親に相談する 子供フィルターを付ける	3班 変な事を言ってきたらラインをブロックし通報して消す消す「通知オフも忘れずに」
5班 ・大人に相談する ・サイトを確認する	一班 NOをはっきりと言うこと その人と離れる決断をすること X(旧Twitter)などをなるべく使わない
八班 アダルトサイトをタップしない 請求が来ても無視する 大人に相談する 証拠を保管する 警察に届け出をする ページを閉じてキャッシュを削除する	5班 ・LINEをブロックする ・既読をつけない ・会話を返さない ・性的な自撮りは撮らない ・連絡は取らないようにする

- ★授業の振り返りから
- ・私は自分のスマホにフィルターをかけています。今日の授業で、こういうことがあるかもしれないから制限があるのだと気が付きました。
 - ・SNSはいろいろな個人情報をばらまくこともできるし、自分のことを変えることだってできるので、インターネットの情報をうのみにするのはよくないと思いました。
 - ・性に対する意識には個人差や男女差があることが分かったので、自分の気持ちだけではなく、相手の気持ちも否定しないで理解できるようにしたいです。

SNSの利用による中学生の性被害が多発しています。性への関心が高まり、気軽に検索できるインターネットから性情報を入手する場合があります。でも、その情報が本当に正しいのか、一度立ち止まって考えてみるのが大切です。

もし、トラブルに巻き込まれてしまった場合、性に関することは恥ずかしくて人に相談しにくいと思うかもしれませんが、困ったことがあったら、信頼できる大人に相談してくださいね。

☆身近に相談する人がいない時 ▶▶▶ NPO法人ぱっぶす **ぴったり相談窓口**