

ほけんだより3月

令和7年3月3日 伊豆の国特別支援学校伊豆松崎分校 保健室

2月から始まった「思春期講座」も今日が最終日となりました。教員のデモンストレーションや実験などを取り入れながら行いましたが、御家庭で話題になったでしょうか？1年生には難しい内容だったかもしれませんが、2、3年生は、毎年の積み重ねがあり、積極的に発表する姿がみられました。今後生活していく中で、「あ、こんなこと保健の授業でやったな」と思い出して行動できるといいなと思います。

デートDVとは（次頁参照）

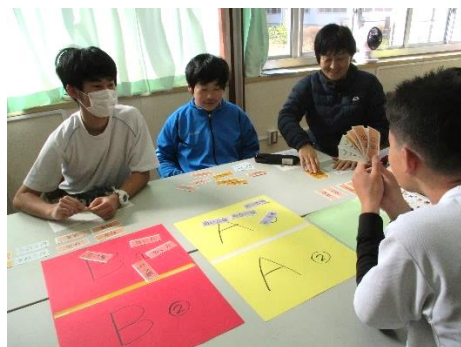
教員によるデモンストレーションを見てグループで意見を出し合いました。



避妊・性感染症予防



性感染症の広がり方の実験
(何人かと水を交換しただけなのに
知らない間に水が赤くなっていた。)

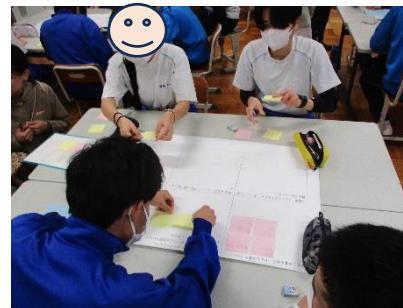


望まない妊娠や、性感染症を
予防する方法があること。何か
あったら一人で悩まず、信頼で
きる大人にすぐ相談すること。



ライフプランを考えよう！

事例を通して対応を考えました。



ゲストティーチャーの松高の養護教諭の平尾先生が素敵な体験談を話してくれました。



自分も相手も大切にするために

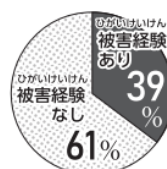
デートDVを知ろう

進級や就職などで、皆さんにはきっと新しい出会いがたくさんあるでしょう。中には恋人ができて一緒に素敵な思い出を作っていく人もいるかもしれませんね。学習したように自分も相手も大切にできる恋愛ができるといいなと思います。

10代カップルの3組に1組がデートDVを経験

交際経験のある中学生・高校生・大学生への調査※によると、約39%（約3組に1組）がこれまで「デートDVの被害に遭ったことがある」と答えています。デートDVはとても身近なものなのです。

※全国デートDV実態調査、認定NPO法人エンパワメントかながわ、2016。



どんな行為がデートDVになるの？

デートDVとは、恋人同士の間で起こる暴力のことです。

「DV」と聞くと、殴る・蹴るといった身体的な暴力をイメージしがちですが、実際にはさまざまな種類があります。

身体的暴力



精神的暴力

こんなこともわからないの？バカじゃないの？



性的暴力

付き合ってるんだからいいでしょ

嫌がる恋人に外でのキスを強要するなど

経済的暴力

彼女なんだからおごって当たり前でしょ？



行動の制限

友人たちと遊んでいる恋人にすぐに来い！そいつらとはもう会わない！



被害者も加害者もデートDVになかなか気づけない

多くの加害者は暴力を振った後に謝罪するため、被害者は「悪い人ではない」とデートDVを受けていることになかなか気づけません。また、加害者も恋人との接し方がわからず、暴力のような形でしか表現できていないことがあります。

デートDVかどうかを判断するポイントは「自分と相手は対等な関係か？」と振り返ること。お互いを大切にしていれば、トラブルがあっても対等に話し合っ解決できるものです。

もしも
つらい時は相談を

「恋人の言動に傷つくことが多い」「自分は暴力を振っているのかもしれない」…不安になった時の相談窓口もあります。



NPO法人
デートDV防止
全国ネットワーク



デートDV
110番

3年生は薬剤師さんから薬学講座を受けました。20歳を過ぎると、お酒を飲む機会も増えるかもしれません。自分の体質をしり、上手にお酒と付き合しましょう。

お酒と上手に付き合うには

未成年はどうしてお酒をのんではいけないのですか？

未成年の時期は

大人になるための体を作るときなので、お酒に対する抵抗力がまだ無いのです。

このため、法律で20歳になるまで飲んではいけないと決められています。

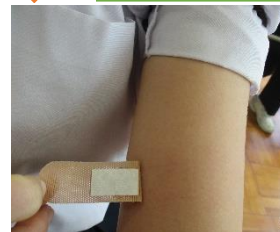
Q2 お酒を飲むとどうなりますか？



ノンアルコールビールも20歳を過ぎないと飲めません。



アルコールパッチテストを行いました。



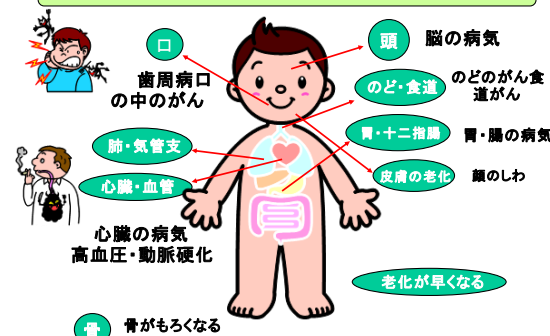
アルコールパッチテスト

お酒を少しでも飲むと気分が悪くなってしまふ人(ぜんぜん飲めない族)、赤くなるけど、それなりに飲む人(ホントは飲めない族)、飲んでも悪酔いしない人(飲み過ぎ注意の危ない族)と呼び実際にお酒を飲まなくても3つの体質を判定するテスト

3年生はアルコールをつけたところが赤くならない「飲みすぎ注意」の生徒が多かったです。

たばこの害について

タバコはいろいろな病気の原因になります。



双子の姉妹

左が喫煙した場合、右がしなかった場合の40歳時を想像した写真

▲英国BBC制作の写真から転写



タバコを水につけておくと有害物質が出てきます。間違っても飲んだりしないでください。

薬物！ダメゼッタイ！



Q2 覚せい剤や危険ドラッグを使用するとどうなりますか？
覚せい剤や危険ドラッグを使用すると



3. 幻覚作用



MDMA マジック 大麻草

エクスタシー マッシュルーム

最近ではグミやラムネに似たものもあります。人に勧められても断りましょう！