

# しまけんだより

若松商業高校 5月号

2018.5.31

さわやかな風が気持ちよい季節ですね。

中間テストが終わり、ホッとする間もなく部活や  
検定試験に向けてがんばっていますね。

適度に休息をとりながら、疲れを残さないように  
して、学校生活 enjoy してください。



♡♡♡♡ 1年生対象の保健講習会がありました ♡♡♡♡

5/16(水)に会津保健福祉事務所の吉村まゆみ様より「大切なあなたへ  
～生と性のメッセージ～」という題で講習会をしていただきました。

- 心と体の変化
- 性感染症
- 妊娠するということ

を中心に10代のみならず、とても大切な言葉を  
聞かせていただきました。

その他にも男女の心の違い、LGBT(性的マイリティ)、デートDVなど多くのことを  
教えていただきました。

♡♡♡ 感想を紹介します ♡♡♡



○よくわからないこと(知らないけど質問しづらいこと)を教えてください。生きていく上で、とても大切な  
ことを学びました。「自分の人生は自分で決める」これをしっかり心に刻んでこれからの人生  
歩んでいきたいです。

○将来、自分のパートナーができた時、今日学んだことを思い出して「嫌なことは嫌」と  
言う正しい考えができる大人になりたいと思いました。

○何億個の中から選ばれて、今の自分がいると知り驚いた。

○今まさに僕たちは思春期。常に気持、判断し、考えて行動するこれが  
大切だと思いました。



吉村様のお話からたくさんのが学びました。ありがとうございました。

最後は自分を守る大切な3つの権利を教えてくださいました。

- ・ NO …… イヤと言う
- ・ GO …… その場から逃げる
- ・ Tell …… 誰かに言う



自分を守るのは自分自身!

2,3年生も1年生の時に聞きましたが、忘れてしまった、もう一度聞きたい、という人は保健室へどうぞ。

# 5月31日 世界禁煙デー!

WHOが1989年に制定した禁煙を推進するための記念日です。

日本では5月31日から6月6日までの1週間を禁煙週間としています。

今年度のテーマは、

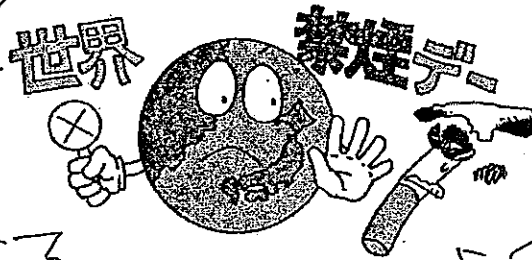
「2020年、受動喫煙のない社会を目指して

～タバコの煙から子ども達を守ろう～」です。

思春期にタバコを吸うと…  
がんの危険率が高まる。  
また、持久力がなくなったり、  
身長が伸びが止まるという報告もある。

断る勇気を!  
明るく健康な将来のために  
すめられても断る勇気を  
もとう!

自分が吸わなかったらいいの?  
タバコの先から出る“副流煙”  
は周りの人への害です。  
煙をダイレクトに吸いこむため、  
ぜんそくにたまる子どもが多い。



どうして体によくないのに  
吸っているの?

タバコは麻薬と同じ。  
一度吸い始めると“依存症”に  
なってしまうので、体に悪いとわかっていても  
やめられない。  
子どもは大人より依存症になりやすい。  
手をだすととりかえしがつかない

タバコの煙にはPM2.5が  
多く含まれています。  
日本では受動喫煙が  
最大のPM2.5問題だ  
と言われるほどです。  
みんなで受動喫煙のない  
社会を目指そう!



## 日本スポーツ振興センターの 災害共済給付制度について



授業中や部活動、登下校中などにケガをして受診した場合、日本スポーツ振興センター災害共済給付の対象となります。(全生徒が加入しています)

福島県では、子ども医療費助成制度を利用すると、窓口負担は0円ですが、総医療費の1割り分が給付されます。

この制度の時効は2年間です。ケガをして病院に行ったらに手続きしてない…という人は早めに保健室に来てください。