

# 保健だより

岐阜県立揖斐高等学校

保健室

令和3年11月5日

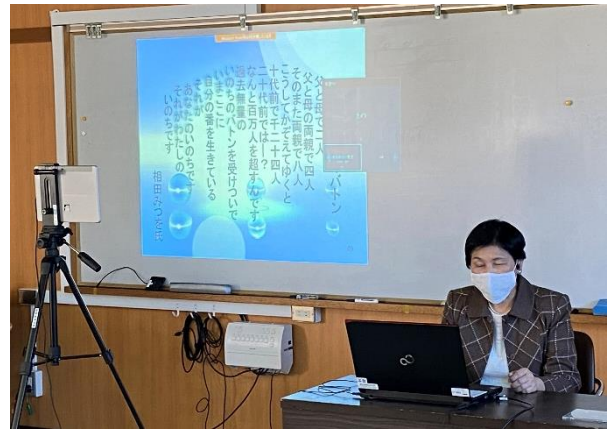
## 愛は待つこと

10月28日（木）の5・6時間に、明治国際医療大学看護学部准教授、深田寛江子先生を講師としてお招きし、全校生徒を対象にオンライン配信で性講話を実施しました。

命のつながり、生きるということ、性感染症、デートDV、なぜ服装を整えることが大事なのか、思春期はどういった時期なのか等について教えていただきました。実際にあった、エピソードもあり「性」についてより身近に感じたのではないのでしょうか。

皆さんは今、たくさんのことを吸収し、大人になる準備をしている大事な時期にいます。講師の先生のお話をしっかり心に留め、「愛」と「性」において責任を持てる人に成長していきましょう。成長していくためにも、対面でのコミュニケーションを大事にし、友情・思いやりの心を育てていきましょう。

裏面に相談窓口をいくつか載せておきました。1人で抱えず、保健室にも相談に来てくださいね。



## インフルエンザの予防接種

10月の保健だよりでもお知らせしましたが、これからインフルエンザが流行する季節になります。みなさん、インフルエンザの予防接種の予定は決まっていますか？すでに、インフルエンザの予防接種が始まっています。感染症予防として、**手洗い・うがいをこまめ**にすること、**栄養と睡眠を十分**にとり、**抵抗力を高めるよう意識した生活を送ること**等も大切ですが、早めにインフルエンザの予防接種をして、かかっても軽症に抑えられるように対策をしておきましょう。

### ○歯科検診○

10月28日（木）に歯科検診の1回目が終わりました。学校歯科医の先生からは、「むし歯も少なく、きれいな生徒が多い」と評価していただきました。今後、歯科検診の結果を配付しますので、治療が必要な生徒は、必ず病院を受診してください。問題なかった生徒も引き続き、きれいな歯を保つために、歯磨きをしっかりしましょう。月1回程度、歯医者で歯の掃除をもらうとより良いですね。



次回の歯科検診は11月11日（木）



# 電話相談窓口

★ 愛と性とエイズ・なんでも電話相談（岐阜性教協）

① 電話相談：058-276-8555（第2土曜日 13：30～16：00）

② メール相談：インターネットで「愛と性とエイズ・なんでも相談」と検索

★ ぎふ性暴力被害者支援センター（ひとりで悩んでいませんか？）

24時間ホットライン：058-215-8349

★ 岐阜県助産師会：058-322-5303（月～金 10：00～16：00）

★ チャイルドラインぎふ：0120-99-7777（金 16：00～21：00）

★ 青少年SOSセンター：0120-247-505（24時間）

★ 思春期ホットライン：03-3235-2629（月～金 10：00～16：00）

★ 岐阜いのちの電話：058-277-4343（日～木 19：00～22：00）

（金 19：00～翌土曜日 22：00）

★ ピルダイヤル：03-3267-7776

★ 岩室紳也 ホームページ（男性の性の専門医師） メール to 岩室を参照

<http://homepage2.nifty.com/iwamuro/>

## 手指消毒できていますか？

夏休み明けから、各教室に手指消毒の使用量について掲示しています。みなさん意識して手指消毒できていますか？最初は、徐々に使用量が増えていましたが、最近は、使用量が減ってしまったクラスが多いです。1週間で目標の300ml使用できたクラスはまだありません。

新型コロナウイルス感染症は、だいぶ落ち着いてきてはいますが、なくなったわけではありません。これからの時期はインフルエンザにも気をつけなければいけません。油断せずに、引き続き感染予防に努めましょう。



先週一番多く使用できていたのは

180ml 使用したクラスでした

これでもまだまだ少ないです……。