

ほけんだより

卒業生号

〇2年生

一足早いですが、ご卒業おめでとうございます。3年間で様々な健康教育を実施しました。この、ほけんだよりで、振り返ってみてください！
そして、卒業しても身体に気をつけて、頑張ってください！



「飲酒防止教育」



未成年の飲酒は・

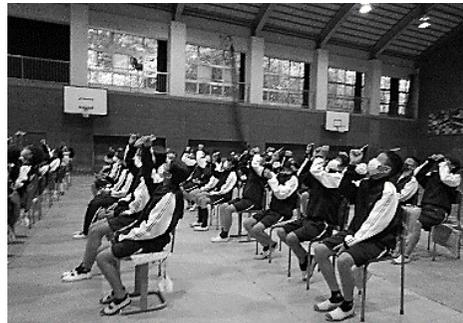
- ・未成年者飲酒禁止法で禁止されていること
- ・物覚えが悪くなったり集中力がなくなったりすること
- ・アルコール依存症や、急性アルコール中毒になりやすいこと

等を学びました。卒業してからも勇気をもって、断りましょう。

〇1年生

「いのちの授業」講演

いのちの誕生を間近でみている助産師さんから、赤ちゃんの生まれる知恵と工夫、忘れられないお産など、貴重なお話をいただきました。



↑針であけた小さな穴を皆でみえています。
命の始まりはとっても小さいんだなぁ・・・。

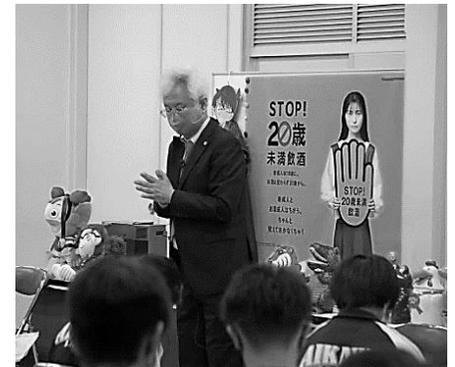


「こんな時どうする？～相手も自分も大切にするために～」

これから遭遇するであろう場面について、相手も大切にしながら、自分の気持ちをどう伝えるかを考えました。また、「わたしは・・・だと思うよ」と伝える、しずちゃんタイプの話し方を「アサーション(正当な自己主張)」と言い、良い人間関係を築くために適した自己表現方法だと学びました。卒業後に新しい友達ができるときに、是非思い出してみてください。

〇3年生 薬物乱用防止教育

麻薬等薬物相談員の薬剤師さんから、大麻使用者のお話、依存症の患者さんのお話などを通して、薬物の怖さについて学びました。



←握りこぶしを二個くっつけ、脳の大きさを確認中。
シンナーを使用すると脳が縮んでしまう・



「歯と口の健康」講演

学校歯科医の先生から、歯ブラシの持ち方、歯磨きの大切さを学びました。

美味しくご飯を食べたり、楽しくお喋りをしたり、素敵な笑顔を作ったりするために、歯と口の健康は欠かせません。鉛筆持ちで、1日2回の歯磨きを忘れずに。定期検診も受けましょう。

