

保健だより 3月

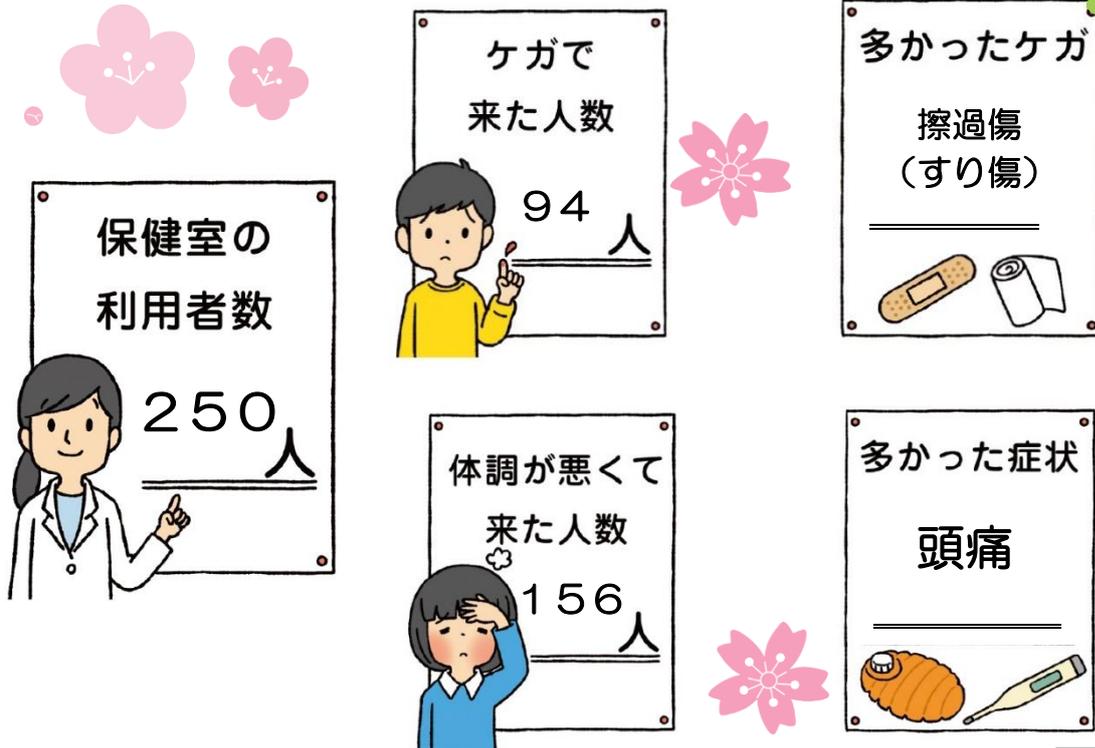
NO.11



沼津第二中学校
保健室（杉山）
令和7年3月7日

季節が少しずつ春へと向かっていますね。朝晩の寒暖差で体調を崩さないように気をつけてください。3月では、今年度1年間を振り返るとともに、ぜひ来年度に向けて準備を始めておいてくださいね。

～ 保健室 1年間の記録 (～2/28まで) ～



～ 春休みを利用して、疾病の治療をしよう ～

要受診者	受診率
歯科	69.8%
眼科	43.7%
耳鼻科	46.1%

(R7.2.28時点)

1学期に行った定期健康診断の結果、治療勧告を受けた方は必ず受診をし、治療を済ませましょう。4月からの学校生活を健康に送るために、春休みを利用して、体のメンテナンスをしておきましょう。

もうすぐ卒業

3年生 保護者様

毎年卒業前の時期に、「いのちの授業」（性に関する指導）を実施しています。今年度は、かぬき岩端医院の産婦人科医 岩端俊輔先生に講話をしていただく予定です。妊娠・出産、性感染症、デートDVなどについての正しい知識を身に付ける機会になります。

また、併せて「9年間の成長の記録」を配付します。ぜひご家庭でもお子さんの成長について話す機会を設けていただけたらと思います。

～ ピアサポート(3学期 まとめ) ～



二中では、友達を思いやり、声をかけ合い助け合う、そんな二中生を目指して、朝の時間に「ピアサポート」プログラムを実施しています。3学期も、友だちをサポートするために必要なスキルを学びました。

1 / 24 第5回目

《トラブルに巻き込まれない応答》



ㇿㇿ ⚡

2 / 21 第6回目

《対立の解消に向けて》



★ ピアサポート 1年間の感想 ★

- 相手の目を見て話すと、相手も、こちら気持ちが良いことがわかったので、前よりも目を見てハキハキ話すことができるようになった。
- 勝負など感情的になってしまっていて自分のことばかり考えてしまうこともあるけれど、ピアサポートを学んで、相手のことを考えるようになった。
- 相手の気持ちを考えたり、相手の良いところを見つけたりといろいろなことを学ぶことができた。
- ピアサポで友達などとの会話を学んで、どうしたら相手が嫌な気持ちにならないかを考えられるようになった。
- 仲裁するときや人に頼み事をするとき、自分だけでなく相手の気持ちや意見を聞いて、どうしたらお互いに気持ちよくいられるかを考えることが大切だとわかった。
- 人に頼ることがあまりできなかったけど、ピアサポのおかげで人に頼ることができそうな気がする。
- 普段あまり話さない人とも話すことができた。
- 困っている人がいたら積極的に助けてあげようと思った。

