

ほけんだより 11月

兵庫県立湊川高等学校
保健室
令和4年11月

小春日和と聞くと、春のこのように感じますが、冬のはじめ、ちょうど11月頃のおだやかなお天気を意味します。「小春日和は最も忘れがたい、最も心地のよいとき」と表した小説家もいるほどです。寒さの本番を迎える前、気持ちのいいお天気の日、みなさんは何をして過ごしますか？

勉強で

一度解いた問題でも、見直したり別の解き方を考えたりして「振り返ると」、学んだことがしっかり定着するそうです。

トイレのあと

紙くずが落ちていないか、汚してしまったところはないかなど「振り返って」確認しましょう。次の人が気持ちよく使えと、うれしいですね。

ケガをしたとき

なぜケガをしたのか、次から気をつけることなど、ケガをしたときにチャンス。「振り返って」みましょう。

11月10日は「いいトイレの日」

みなさんの少しずつの思いやりで清潔なトイレにしましょう。

想像してください

「トイレのない世界」

学校にも家にもスーパーにも公園にも、日本では当たり前にあるトイレ。でも、世界にはこんな問題が…

衛生的なトイレを使えない人が約20億人。

6億7,300万人が屋外で排泄している。

1日に800人以上の子どもが下痢などの病気で亡くなっている。

アフリカの女の子の10人に1人は「トイレがない」という理由で学校を休んだり退学している。

トイレが室内にあること、個室になっていること、キレイな水で流せること、どれも当たり前ではない人たちが、たくさんいるのです。

11月19日は「世界トイレの日」。次の人のために、清潔に使ってくださいね。

11月8日は

いい歯の日

11/8はいい歯の日

いい歯を守る3つの前

- みがく前 歯ブラシをチェックしましょう
- 寝る前 必ず歯みがきしましょう
- 痛い前 定期的に歯医者さんに行きましょう

11月26日は?

いい風呂の日



汚したら拭いておこう

流し忘れはないかな?

はきものをそろえて

気持ちいい 次の人にもいいトイレ

そのひと言…セクハラかも!?

セクハラとは

セクシュアルハラスメントの略。相手の気持ちに反する性的な嫌がらせ。

これは間違い

- × 大人の世界だけ
- × 男性から女性だけ
- × 同性同士なら大丈夫
- × 体に直接触っていないからOK

こんな言葉もセクハラに

- 外見や容姿をいじる → 胸が大きいよね
- 性的なからかい → イライラしてるけど、生理?
- 性別を押しつける → (男の子に) 女の子みたい!
- 私生活に踏み込む → 彼女とどうなの?

あなたは「友だちだから」「冗談のつもり」。でも、相手は? 一度、振り返ってみましょう。

