

# 保健だより



佐賀工業高等学校・定時制  
保健厚生部  
令和6年12月18日

## 今年の漢字2024年は「金」

『金』が選ばれた理由は、パリオリンピック・パラリンピックで多くの選手が金メダルを獲得したこと、佐渡金山が世界遺産に登録されたこと、20年ぶりに新紙幣の発行など“光”の側面のほか、政治をめぐる裏金問題、闇バイトによる強盗事件、物価高騰など“影”の側面も注目されたことがあげられました。(『金』(キン・カネ) 光と影を表した漢字)

みなさんは『金』から何をイメージできましたか？



## 「性に関する指導講話」を12月16日(月)に行いました。



演題 「性について一緒に勉強しましょう」  
講師 医療法人輔仁会 内野産婦人科(佐賀市)  
助産師 津上泰子先生

今年度も津上先生を講師に迎え、生徒6名、妊婦体験(ペットボトル8リットルの水を入れたリュックを抱えエプロンかけたジャケットの着用)をさせていただきました。命がけで赤ちゃんを守り、産んでくれた母親(妊婦)の大変さ、命の重み、命のつながりを学びました。



その一方で、性感染症、10代の人工妊娠中絶、避妊、望まない妊娠を避ける方法(アフターピル)、デートDV等も丁寧に教えてくださり、責任ある行動をとることの重要性を学びました。最後に、津上先生は「一人の命を育てていくこと、今生きている自分の命のすごさ、命を懸けてお母さんになってくれたことを忘れないでほしい」と願いをこめられました。

### <生徒の感想より>

- 今日の講話を聞いて、普段聞きにくい性のことや体のことを率直にわかりやすく教えていただきました。改めて赤ちゃんや女性、男性のことを知れたのは良かったです。また、私が存在していることのありがたさや性についての関心が深まりました。今自分がここにいることに感謝してよりよい生活を送ろうと思います。妊婦体験を实际させていただき、お母さんはすごいなと改めて実感しました。私は、電車通学ですが、妊婦さんを見かけたときは率先して席を譲ろうと思いました。
- 赤ちゃんができはじめるときは、0.1mm位から成長して行って、神秘的だなと思いました。避妊として男性はコンドーム、女性はピルを飲むなど、お互い協力していくことが大切なんだと学びました。私は今回、ペットボトル2ℓを4本リュックに入れて、まえにからって妊婦さんが体験している重さや動きづらさを体験しました。徐々にお腹が大きくなっていくとは言え、とても大変なんだと感じました。一人の命を育てていくということは、体の負担、精神の負担など、色々あることがわかりました。



- 僕は、今日の講話で、母親の苦勞や大変さなどがいちばんわかった。性行為をする際にはきちんとコンドームをつけて、将来のためや相手のためにも病気などにならないように気をつけたいと思いました。妊婦の時、最初は小さくて、そんなに重くなさそうだけど、だんだんお腹が大きくなると、腰にも負担がかかるし、起き上がるにもひと苦勞だと思うから、将来、結婚して、奥さんに赤ちゃんができれば、いっぱいカバーをして、少しでも楽にしてあげたいと思いました。
- 今日は一時間の間、妊婦と同じ重さのリュックを抱えて座っていたが、とても重たくて、世の中のお母さん達はすごいなと思った。男女が互いに尊重しあって、自分の体を大事にできるようになるといいと思った。
- 5億という数はすごい多いと思った。ピルの使い方、デメリットなどを改めて知れてよかった。今まで親とは喧嘩ばかりしていたけど、今度からは親に感謝して生活していこうと思った。自分の行動に責任を持っていこうと考えた。
- 妊婦体験をやってみて、お腹の大きい妊婦さんは、長い期間、この重さと一緒だと考えると、とてもすごいことだと思いました。約5億の精子の中から卵子にたどり着くのはたったの数百個。そして、卵子と結びつけるのは1つだけ。という瞬間を撮った動画を見て、数多くの精子の中から選ばれたんだと思うと、自分の命のありがたみを感じました。そして、妊娠をしてからの赤ちゃんが作られていく過程を見てこんな感じなんだと思って感動しました。妊婦体験の最中に感想を書きながら、とても書きにくいなと思いました。



## 保護者の方へ

～インフルエンザ、新型コロナの出席停止期間について～

インフルエンザにかかった場合は発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで、新型コロナウイルス感染症にかかった場合は発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまでは出席停止になります。



**インフルエンザの場合** (例：3日目に解熱した場合、4日目に解熱した場合)

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	
3日目に解熱した場合		発熱 →			解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校OK	
4日目に解熱した場合		発熱 →				解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校OK

**新型コロナの場合** (例：4日目に症状が軽快した場合、5日目に症状が軽快した場合)

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	
4日目に症状が軽快した場合		有症状 →				症状軽快	症状軽快後1日目	登校OK	
5日目に症状が軽快した場合		有症状 →					症状軽快	症状軽快後1日目	登校OK