

保健だより

平成 29 年 11 月 15 日発行
相馬農業高校保健委員会

再確認！SNSの利用について

毎日使うスマートフォン。福島県内でもインターネットを利用した事件や事故が絶えません。「自分のことを知らない人だから逆に話しやすい」、「やさしい人だから」、「自分のことを分かってくれるから」などと、相手を信用し、トラブルに巻き込まれてしまうようです。特に、最近では、児童ポルノ禁止法違反の「自画撮り被害（※）」も増加傾向にあります。

～スマホの約束6か条～

スマートフォンを利用して

○「あ」会わないで！（知らない人と）

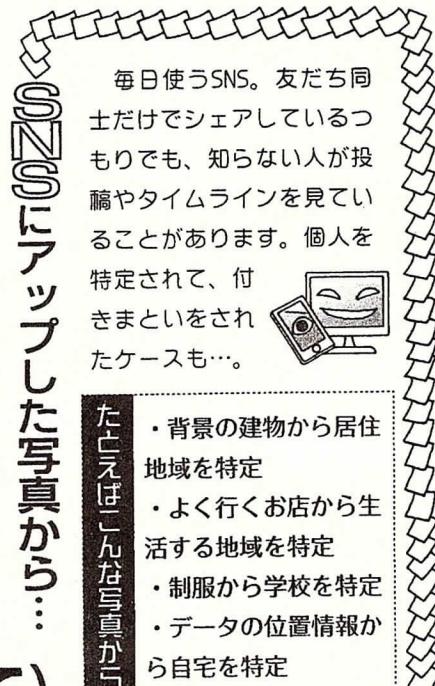
○「と」撮らないで！（自分の裸を）

○「が」画像を送らないで！

○「こ」個人情報をのせないで！

○「わ」悪口を書きこまないで！

○「い」いじめないで！（ネットをつかって）



福島県警では、インターネット被害防止標語、

「あとがこわい」を合言葉に被害防止を訴えています。

「自分は大丈夫」「この人は安全」と思わず、一度、

「あとがこわい」を思い出してください。

※「自画撮り被害」とは、だまされたり、おどかされたりして、

児童生徒が自分の裸体を撮影させられた上、

メール等で送らされる被害をいいます。

「望まない妊娠」と「性感染症」を防ぐ

先月、保健師さんによる保健講話をおこないました。10代の妊娠、人工妊娠中絶、性感染症が増えていること、そのリスクや予防、対処方法について学びました。

■望まない妊娠と性感染症を予防するには

①セックスをしない(衝動のコントロール)

②セックスをする時は避妊具を正しくつける

■妊娠したかも？感染したかも？という時は

①妊娠したかも？必ず産婦人科を受診する

②感染したかも？女子は婦人科、男子は泌尿器科を受診する

③どうしよう？という時は、必ず相談する

・保護者・先生・保健室・市町村保健センター・保健所など

「望まない妊娠（育てられない、どうしようか迷う、誰にも相談できないなど）」とは、妊娠・出産・子育てをするには、まだまだ自分自身が子どもで、大人になる・親になる準備ができていないということです。

妊娠・出産・子育ては、大変なこともありますが、それ以上の「よろこび」や「幸せ」があり、本来、「望むこと」「望まれること」なのです。けれど、準備がととのっていなければ、重い負担にしかなりません。

みなさんは、今、高校生のこの時期だからこそ、身体にも心にも、たくましく・しなやかな筋肉をつけながら、経済的・社会的に自立・自律できるための勉強をたくさんしてください。そして、卒業後は社会に出て仕事をし、自分自身で生活できる大人になるのです。

自分や相手、新しい命を大事にしながら、家族を守り育てることのできる人になってほしいと思います。



最近の空間放射線量

<地上1m 単位：マイクロシーベルト>

測定場所	正面玄関外側	校庭	東昇降口外側	2F教室(職員室)	2F廊下(職員室)	保健室外側	西昇降口自販機前
測定値 (11/14)	0.09	0.07	0.09	0.09	0.09	0.08	0.09