

ほけんだより



真岡北陵高校
保健室

☆7月の保健目標☆
夏を元気に過ごすために
休み中に病院へ行こう！



～1年生が性教育講話を受けました～

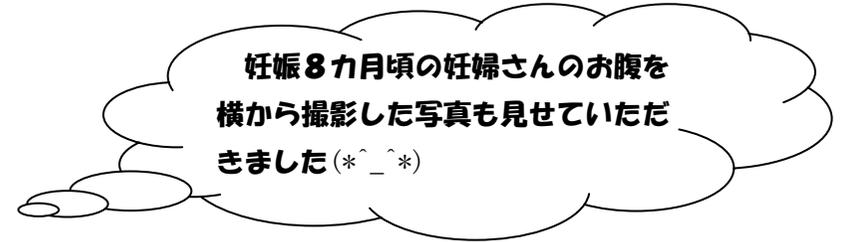


7/2(水)の6時間目、第1体育館にて芳賀赤十字病院産婦人科看護係長の方による1年生のための性教育講話を実施しました。当日は、蒸し暑い中1人も体調を崩すことなく、貴重なお話を最後まで聞くことができました。突然マイクを向けられ緊張した人もいたと思いますが、看護師さんだからこそ知っている、みなさんと同じ年頃の人たちの話や、赤ちゃんを産み育てること、そこに至るまでにはどのような性に関する身体の働きや性感染症等の危険があるのか…。短い時間でしたが、たくさん学ぶことができましたね。



☆講話中の様子。先生方も真剣に聞いていました！

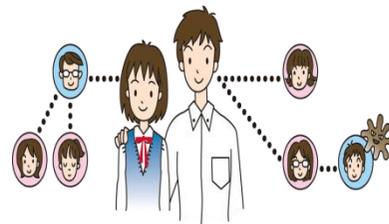
☆お腹の中の赤ちゃんや、生まれてすぐの様子も写真で見ることができました。



妊娠8カ月頃の妊婦さんのお腹を横から撮影した写真も見せていただきました(*_*)

「自分のからだ」守れていますか？性感染症について…

性感染症は、性交経験のある人なら誰でもかかる可能性がある病気です。感染しても症状がないこともあるので、感染していることを知らずに生活をしている可能性があります。今の恋人や前の恋人から、感染する危険性は誰にでもあるのです！



予防するためには…

血液、精液、膣分泌液が、自分の性器・のど・口などの粘膜と直接触れるのを防ぐことが必要です。そのためには、コンドームを正しく使いましょう。そして「性交をしない」という選択が、最も有効な性感染症の予防方法です。



こんな症状の時は病院へ行きましょう！



≪男性の場合≫

- 排尿時の痛み（排尿痛）
 - 尿に膿が混ざる
 - トイレが近くなる
- ⇒泌尿器科へ



≪女性の場合≫

- おりものの量、色の変化
 - 下腹部の痛み
 - 下着に膿や少量の血液がつく
- ⇒産婦人科へ

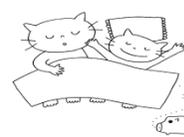
☆その他にも性器のかゆみ・痛み、ブツブツができた、唇・口の中・のどのできもの、のどの奥の痛みなどがある時も、性感染症の疑いがあります。

☆早めの治療が後遺症を残す可能性を下げます。勇気を出して病院へ行きましょう！

医療費請求は済んでいますか？

学校の授業や部活動（練習試合や大会も対象）、登下校、学校行事などで負傷した場合、スポーツ振興センターに災害共済給付の手続きをすると給付金が支払われます。書類をまだ提出していない人は速やかに保健室へ提出しましょう！

※最初の診療日（病院へかかった日）から2年以内に請求手続きをしないと無効になりますので注意してください。分からないことがあれば、保健室へいつでも聞きに来てくださいね！



保健室からみなさんへ



もうすぐ待ちに待った夏休みですね。予定はバッチリ計画済みでしょうか？

「たくさんあるな～」と感じる休みも、始まってしまえばあっという間に過ぎていきます。部活や勉強、将来への進路など真剣に向き合える貴重な時間です。充実した夏を過ごして、登校日や始業式には一回り成長した元気な姿を見せてくださいね！また、健康診断で治療勧告書をもらった人は夏休み中に治療をして、夏休み明けに必ず提出しましょう！よろしくお祈りします(^o^)/☆