



# ほけんだより 3月

令和3年3月5日  
浦安南高校保健室



ご卒業おめでとう  
ございます

※1, 2年生はあと少し!ファイト!!



みしい気持ちもあるけど、  
新しい生活も、きっと慣れ  
たら悪くない!って思うよ。



るしい時は、誰かに話そう。  
周りの人に話すことで、楽に  
なることもあるし、人って  
意外とあったかい。



くな道に行きたい!って思う  
けど、ちょっときつそうな道も  
行ってみたら、いいことがある  
かも。



あ、前に進もう!  
大人になるって、自分のこと  
は、自分で責任をもつてこ  
となんだよ。



れぐれも、自分を大切にね。  
楽しいことも、そうでないこ  
ともきっと自分が成長する  
ためにあるんだよ。

3年生とのおもいで

ほっ



○月×日くもり

いつも3年生が  
保健室に勢揃  
い。自分のよい  
ポジションを  
確保するため  
に、場所とり合  
戦がはじま  
る!

ひるやすみ

わーい



○月×日はれ

民泊先にいっ  
たみんなが心  
配で様子をみ  
にいったら、学  
校ではみたこ  
とないくらい  
の笑顔でびつ  
くりした!

しゅうがくりよこ

ありがとう



お元気で



きょり  
(距離)  
ひとひとの“ディスタンス”とわっていますか？

ひつ せう  
密を避けてください。

「自分がされて嫌なことは人にしちゃいけません。」とはよく聞く言葉です。では、自分がされて“大丈夫”なこととは、相手も“大丈夫”でしょうか？そうとは限りません。色々な人がいて、色々な感じ方や考え方があります。自分はこのだから、相手もこのだろうと決めつけず、相手の意思をちゃんと確認して、尊重することが大切です。



「ハグして良い?」と聞かれ、「嫌だ」と答えたのに抱きつかれたら嫌な気持ちになりますよね。

“大丈夫”って言ってないのに人にしたらそれは暴力です。

“大丈夫”かどうかは、

- その時
  - その気分
  - その相手
- によって違います。また変わっていくのは当たり前のことです。

外見で意見を都合良く決めつけるのもダメだね。

対等な関係じゃないと“大丈夫”は意味を持たないね。

泳ぎたくてたまらないでしょ?



ううん、全然。  
水着が大好きなだけ!  
寝るときも水着を着たいくらいよ。

おまえの毛皮をよこせ!



わかった、毛皮をあげるからやめてね!

自分の体と自分の心は自分のものだから、自分で決めて良いことです。相手との距離を保って、“大丈夫”と“大丈夫じゃない”を確認しましょう。また、自分も“NO という権利”を持っています。NOと言ったときはその意思を受け入れてもらいましょう。

