

ほけんだより

1月

令和5年1月10日
美浜町立野間中学校

あけましておめでとうございます。2023年「卯（うさぎ）年」がスタートしました。
うさぎは穏やかで温厚な性格であることから「家内安全」、また、ぴよんぴよんと飛び跳ねる姿から「飛躍」や「向上」を象徴すると言われています。
新しいことに挑戦し、前向きに大きく「飛躍」する1年になりますように！



コロナ？ インフル？ ただのカゼ？

味覚異常

嗅覚異常



咳

息切れ



筋肉痛・関節痛

鼻水



発熱

のどの痛み

特徴的な症状があるけれど… 見分けるのは難しい！

心配な症状があるときは、人との接触を避け、医師の診察を受けましょう

コロナもインフルもカゼも… 予防方法は同じです



いよいよ受験シーズン。感染症対策レベルアップのポイントは！？

3年生のみなさん、いよいよ受験本番シーズンがやってきます。

もし感染拡大となっても慌てないために、感染対策レベルアップのポイントをお伝えします。
上の基本的な予防方法も今までと変わらず行い、感染リスクを減らしましょう。

特に入試日程の2週間前からは、

- 本人はもちろん、家族も外出先での感染リスクの高い場面をできるだけ減らす。
- 同じ部屋での食事や睡眠を避ける工夫をする。体調のよくない家族がいる場合は必須です。
- リビングでの団らんでは、1時間に2回程度換気する。寒い冬だからこそ気をつけましょう。
- 念のため、家族同士でもマスクをして会話を。洗面やトイレのタオルは本人専用にする。

万全の体調で当日を迎えられるよう願っています！



「多様な性」について考えよう Part2



◆セクシュアリティ（人間の性のあり方）◆

「男性か女性かの二者択一」ではなく、「性」の要素一つひとつに「濃淡」がある。

見た目ではわからない性について考えてみましょう。

<性の構成要素>

1 からだの性（性的特徴）

身体づくりやホルモンなど、生物学的なデータをもとに判断された性。

2 こころの性（性自認）

自分が認識している性。自分が自分らしくいることができる性。

からだの性とは逆であったり、中間的なものであったり、変化を続けていたり、こころの性は多様です。

3 好きになる性（性的指向）

恋愛感情などの関心・興味が、どの性に向くか、向かないかで決まる性。

好きになる相手の性別は、「女性だけ」「ほぼ女性」「女性の方が多い」「女性・男性同じくらい」。または逆の場合や、「分からない」「恋愛・性愛の感情を抱きにくい」など、人によって様々です。

4 表現する性（性表現）

服装、しぐさ、言葉づかいなどで表される性。

それぞれの「性」の要素一つひとつに、どれくらい濃淡があるかが、その人の個性であって、二人として同じ人はいません。

◆「性は多様」ということについて◆

性はすべての人、一人ひとりで違う。だから、多様なんです。

今回、2回にわたり「多様な性」について保健だよりでお伝えしました。

決して「世の中にはLGBTQの人がいるから、性は多様であると考えて欲しい」ということを伝えたかったわけではありません。「理解してあげる側と理解してもらおう側」の話でもありません。

自分も他の誰かも「多様な性」を生きる一員です。

進むジェンダーニュートラル

ジェンダーニュートラルとは、性別による不必要な区別をなくそうとする考え方です。



性別欄（男・女）のない履歴書

校則の髪型改訂

誰でも手に取りやすい化粧品やメンズコスメ

呼び方の見直し
看護婦 → 看護師

性別による区別のない制服

