

★ほけんだより★ 第8号

令和5年12月22日
柏崎市立東中学校 保健室

冬休みが始まります！

健康に気をつけて、楽しい冬休みを過ごしてください。



冬休み中は、いつもより活動範囲が広がる人も多いのではないのでしょうか。手洗いうがい等、基本的な感染症対策を続けましょう。そして、冬休み中も、規則正しい生活を忘れずに過ごしてください。

冬の事故にも十分に気をつけてください。1月9日に元氣な姿で皆さんに会えることを楽しみにしています！



学校保健委員会 講師の YouRbe YuiTo 様から、 質問へのご回答をいただきました。

学校保健委員会のテーマ：

「これからの時代を生きる皆さんへ～X ジェンダーってなんですか？～」



生徒からの質問… 男性がスカートを履く事についてどういった心遣いが必要ですか？

男性がスカートを履いて登校しても、からかわれたり、偏見の目で見られたりしないか…「男性が気軽にスカートを履ける環境作り」が必要なのではないかと感じております。

女性が制服のスラックスを履く事については、からかわれる事や、偏見の目を向けられる事は少なくなりましたが、男性が制服のスカートを履く事については、まだ強い抵抗や偏見が残っています。男女平等や性の多様性がだいじを受け入れられる時代になりましたが、それでも「男は強くあるもの」という固定観念が、まだ無意識に根強く残っていると感じています。

「男性が気軽にスカートを履ける環境」を作っていくには、スカートを履く男性がまだ学校内にいないのであれば、「スカートを履く男性第一人者」の存在も必要です。誰か一人でもスカートを履く男性がいれば、「スカートを履きたくてもなかなか履けない男性」がスカートを履く勇気が出る存在になるのではないかと思います。

そして、スカートを履いている男性に対して、決して偏見の目で見たり、「気持ち悪い」など影で悪口を言ったり、仲間はずれにしたり、からかったりしない心遣いも必要です。学校内の先生や生徒みんなが、スカートを履いている男性を、「一人の人間」として受け入れていく心を持って頂きたいと願っています。

生徒からの質問… 悩みごとの解決方法について教えてください。

「悩みごと」とは、「自身の性別について悩みがある」という例でお答えします。性別についての悩みは二通りあり、まず、「胸があるのが嫌だ」「ヒゲがあるのが嫌だ」といった【身体的悩み】と、「周りに女性（男性）扱いされるのが嫌だ」「男女に分けられる事が嫌だ」「男女しかない性別欄に○をつけられない」といった【精神的な悩み】があります。どちらの悩みも、どのように向き合っているかは人それぞれで、身体的な悩みは、「ヒゲをこまめに剃る」「ナベシャツを使って胸を潰す」など自分なりに工夫している方もいれば、「なるべく気にしないようにしている」と、あえて気を逸らす事で向き合っている人もいます。ホルモン投与や胸を取る手術をするなど、医療の手段を使う方もいます。しかし、こういった手段はリスクを伴うので、反対の性で生きたいと望んでいないのならば、個人的にはなるべく医療は最終手段にして欲しいと思っています。

精神的な悩みに対しては、「女はこうしてろ！」と、明らかに相手が差別的な目を向けてくる場合や、「女性ってそういうのが好きだよ」といったように、相手にとっては無意識に男女扱いの目を向けてくる人もいます。こういった男女扱いしてくる人たちに対して、どれだけ自身の性の悩みを話しても、なかなか理解してもらえない人もおり、当事者にとってはとても辛い事です。当事者自身も「どんなに説明しても受け入れられない人もいる」という事を理解する事も必要です。講演会でもお話ししたように「ただ自分の悩みを理解して欲しい」と訴えるのではなく、「悩み

を理解できない人とも、お互いの想いを尊重しながらどう関わり合っていくか」「自身の悩みと向き合っていくには、自分はどんな工夫をしたらいいか」という心構えが一番の解決方法になるのではないかと思います。どんな悩みに対しても、どんなに自分が強く心を持とうと心がけていても、なかなか悩みは消えないものですが、決して悩みに飲み込まれる事なく、「自分と相手を想いやる心」を忘れずに持っていて欲しいと願っています。



保護者の皆様へ

3年生 デートDV防止セミナーを実施しました。

NP0 法人 女のスペース・にいがた 田鹿美幸様をお招きし、3年生を対象に実施しました。DV・暴力の種類や、デートDV防止のためにできること、効果的なコミュニケーションの方法、性的同意について等、たくさんのことを学ぶことができました。東中職員によるロールプレイを見ながら、自分ごととして考えることができました。

～生徒の感想を紹介します～

- ・ Iメッセージを使うことで、相手を傷つけずに気持ちを伝えることができることが分かってよかったです。それでも自分の気持ちを押し付けるだけでなく、相手の気持ちを想像し、尊重することが大切だと思いました。二人は対等な関係であり、どちらかが相手を束縛するなどは良くないということも分かってよかったです。そして、DVには身体的なもの以外にも精神的やネット等でのものもあることが分かったので、気をつけようと思いました。
- ・これから先、色々な人と関わっていく中で、互いの意見を尊重し合い、良い人間関係を築くことが大切だと思った。自分のことだけを優先するのではなく、相手のことも考えて行動し、デートDVが起きるような環境にならないようにしたい。自分だけでなく、相手が自分の言いたいことを言いやすい関係にしたい。暴力は言葉の暴力もあるから、そういうところにも注意していきたい。
- ・付き合っているとはいえ、お互いの意思や行動を制限したり、束縛したりするのいけないことだと分かった。束縛は愛されている証ではなく、逆に信頼できていないということなのかなと今回のお話を聞いて思った。また、自分自身についてではなく、友だちが被害を受けているときには、しっかり話を聞き、友だちの意見を応援することが大事だと分かった。色々アドバイスをしようとしがちだけど、そうではなく、選択肢を示して支えることが必要だということも分かった。



冬休み中の感染症罹患について

冬休み中、インフルエンザ等の出席停止となる感染症にかかった場合は、学校までご連絡ください(12月29日～1月3日までは学校閉庁日です)。市への報告のため、受診した旨を教えてくださいますようお願いいたします。

インフルや新型コロナ感染症用の療養解除届(保護者が記載する用紙)は、冬休み明け、または部活動等での登校日に提出をお願いします。1月9日の登校日に出席停止期間がかかる場合の、登校許可証(医師が記載する用紙)や療養解除届は、出席停止期間終了後にご提出ください。

出席停止となる感染症の例

・新型コロナウイルス感染症 ・インフルエンザ ・百日咳 ・麻疹 ・流行性耳下腺炎(おたふくかぜ) ・風しん
・水痘(みずぼうそう) ・咽頭結膜熱 ・結核 ・髄膜炎菌性髄膜炎 ・溶連菌感染症 ・その他の感染症 等

再治療勧告書(視力・歯科)を配付されたご家庭へ



今年度の健康診断の結果、病院受診が必要なご家庭には、「治療勧告書」を配付しております。未受診のご家庭には、12月の個別面談で、学級担任より再度用紙を配付させていただきました。今回の配付が受診と入れ違いとなった場合は、ご容赦ください。

治療が済んでいないご家庭は、ぜひ、冬休み中に受診をしていただければと思います。ご多用の中で申し訳ありませんが、お子さんの健康のためによりしくお願いいたします。受診時に医師から受け取った用紙は、冬休み明けに学校へご提出ください。配付文書について、ご不明な点等がある場合は、養護教諭までご連絡をお願いいたします。