



令和7年2月 愛媛県立宇和高等学校三瓶分校

先週は今季一番の寒波が到来し、県内でも JR や一般道、高速道路が止まるなど交通への影響があり、学校も臨時休業になりました。3年生の中には、運転免許を取得している人もいますが、特に雪に慣れていない地域に住んでいると、積雪が多い時の運転に慣れていないため、スリップ事故や立ち往生が発生しやすくなります。このような時に、家族と一緒に住んでいると健康や安全に関するアドバイスを受けることができますが、卒業後は自分で状況判断をし、行動することが今まで以上に多くなります。天候だけでなく、地震や津波などの非常変災時にも臨機応変に対処できるよう、日ごろから正しい情報を入手する手段を持ち、家族と連絡が取れるよう備えておきましょう。



## 1/10 性教育講話

愛媛県赤十字血液センターの松坂俊光先生から「性感染症」に関する講話をしていただきましたが、覚えていますか。松坂先生が丁寧に、そして真摯に講義されるお姿はまさに「いのちの講座」でしたね。「性」についての行動選択は、自分も他人も大切にすることが基本です。この機会に関心を持ち、正しい知識と責任ある行動によって、より素敵な将来が迎えられることを願っています。



### 【生徒の感想から】

- ・今回の講話を聴いて、性について知らないことが知れてよかったです。病気にかかってしまわないように自分の行動に責任を持って生活していきたいと思います。
- ・性感染症は、誰でもなる可能性があるし、身近であるということを学んだので、しっかりと気を付ける必要がありました。献血をすることで、助けられる命があるということを知ったので協力していきたいと思いました。
- ・無関心で知識不足なのが一番だめだということを知り、正しい知識を身につけなければいけないと思いました。これから社会人になるので、自分の体を大切に、性感染症にかからないように気をつけていきたいです。また、18歳になったら、少しでも多くの人の命を救うため献血にも協力したいと思います。

## 友だちに **ど** **っ** **ち** **の** **言** **葉** をたくさん使っていますか？

ださい

あっち行け

どうでもいい

キライ

バカ



ありがとう

スキ

手伝うよ

大丈夫？

おめでとう

左側の言葉は、相手の心が傷ついたり、悲しくなる言葉です。右側の言葉は、相手が勇気づけられたり、明るい気持ちになる言葉です。

あなたも、失敗した時に「ださい」と笑われて悲しくなったことや、友だちのためにした行動に「ありがとう」と言われてうれしくなった

ことがあるのではないのでしょうか。同じように、あなたの言葉にも相手の気持ちを変える大きな力があります。

日頃から「どんな言葉を使うと相手が喜ぶかな？」と考えるようにすると、きっとずっと仲良くいられますよ。



## 口腔アレルギー症候群 **花粉症**

**果**

物や野菜を食べた後に、口の中や口の周り、のどがピリピリムズムズしたことはありませんか？ この症状は「口腔アレルギー症候群」と呼ばれています。口腔アレルギー症候群は花粉症の人に起こりやすいと言われています。花粉症を起こす原因物質と、果物や野菜の成分とがよく似ているため、体が間違えてしまうのです。



### 症状を起こしやすい組み合わせ

花粉症でこれらを食べたときに違和感があったら要注意！



- スギ・ヒノキ ➡ ナス科（トマト）など
- イネ ➡ ウリ科（メロン、スイカ）、マタタビ科（キウイ）など
- シラカバ・ハンノキ ➡ バラ科（リンゴ、モモ、ナシ、アーモンド）、セリ科（セロリ、にんじん）、マメ科 など

## <お知らせ>

### 1 スポーツ振興センターについて

学校の管理下で発生した災害については、日本スポーツ振興センターへ医療費が請求できます。総医療費が5,000円以上のものが請求の対象です。（3割負担で窓口で1,500円以上支払った場合）もし、まだ請求していない人がいましたら、早急に保健室に連絡してください。

### 2 「受診報告書」の提出について

西予市と八幡浜市に住民票がある人は、今年度末まで各市の「こども医療費助成制度」を利用することができます。今年度の健康診断の結果、視力や歯科で受診が必要な人は、今年度中に受診しましょう。3月1日までに受診した人は、保健室に「受診報告書」を提出してください。

