

ほけんだより

講演前特別号

武庫中学校保健室

H.28.2.4

日時：2月5日(金) 13時30分～14時30分(60分予定)

場所：体育館

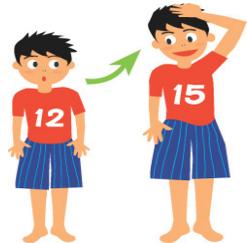
講師：性暴力支援センター・ひょうご代表

兵庫県立尼崎総合医療センター

産婦人科医：田口 奈緒先生

テーマ：『自分も大切に、相手も大切に』

参加者：1年生、2年生生徒 保護者 教職員



大人になるスピードは・・・人それぞれ。

中学生の時期は、体や心の変化が激しい時期。体は大人っぽくなっているのに、心は不安定。親の言うことにすごく腹が立ったり、なぜかイライラしたり、友達との関係にも敏感になり「自分がどう思われているか」がとても気になったりします。自分に対する関心や、好きな人にあこがれる気持ち、性的な興味がわいたり、特定の人とのおつきあいがスタートしている人もいます。でも、このような変化はみんなに起こることではありません。性的に興味がない人もいますし、好きな人がいない人もいます。体の成長が違うように、気持ちも人それぞれ。みんな違うのです。みんなと違うから、変？そんなことで悩む必要はないし、友だちに合わせる必要もありません。大人になるスピードは人によって違うのです。

あこがれ



好き



興味



ドキドキ



イライラ



反抗



人として、よりよく生きるには・・・

新しい脳（外側）

考えたり、思ったり、人間らしい動きをする脳

★生まれたときは未熟→

悩んだり、考えたり学習することで成長していく脳

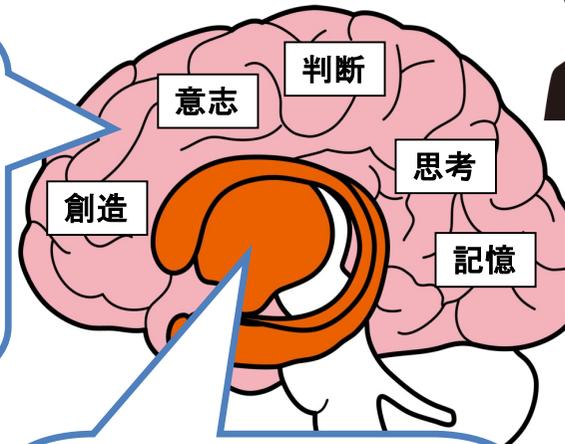
★人間は他の動物に比べ、発達



ほくは、ほとんどが本能なんだ・・・



私は、少しは考えてるよ。



古い脳（内側）

睡眠欲・食欲・性欲などの本能

★誕生時すでに完成

★動物にも人間にもある



私達は、この新しい脳のおかげで、いろんな気持ちを感じたり、考えたり、感情をコントロールすることもできるんだね。



おたがい大切にできる関係って？ みんなはどう思う？

嫌われたくないから、彼の、彼女の言うとおりにするよ。

自分以外の人としゃべるのは、許せない！

せっかつきあえるようになったのに・・・なんだかつらい・・・

いつも相手に合わせてばかりで・・・疲れる。私じゃないみたい・・・

自分の言いたい事が言えない。

したくないことを強要される。

彼との約束、彼女との約束が最優先だよ。



体育館は冷えるので、下着やセーターで調整するようにしてください。なお、ざぶとん、ひざかけのみOKにするので、必要な人は持ってきて下さい。