

夏休み、自分の身は自分で守って。

もうすぐ楽しい夏休み☆と浮かれ気分ている、そこのあなた！少しだけ、私の話を聞いてください。大事な話をします。

7月号の保健だよりの内容を夏休み中に気をつけて欲しいことにしようと思い、内容を考えていました。インターネットで高校生の夏休みについて検索していたら、「夏休み中に妊娠」という言葉を何回か目にしました。びっくり！！

みなさんには、望まない妊娠をして欲しくありません。そのための、大事な話。



「安全日」なんて、ないよ

卒業していった先輩たちから、保健室でたくさんの相談を受けてきました。2年生のみなさんは、テスト前に保健の授業で習ったところだと思います。3年生のみなさんは内容を覚えていますか？1年生は大事な知識として覚えておいてね。

高校生くらいの年齢の女子は、ちょっとしたストレスや、体重の変化、環境の変化で簡単に生理の日がズレます。同じように排卵もズレます。「今日、安全日だから大丈夫。」「生理中だから大丈夫だよ。」なんて甘い言葉を言ってしまったら、簡単に妊娠してしまいます。

自分の身は自分で守る

正しい避妊できていますか？コンドームを付ける方法・タイミング、合っていますか？インターネットやマンガ、雑誌の情報や、友だち・先輩からの話や体験談は正しいとは限りません。自分の身を守るためにも、正しい情報を身に付けましょう。

女子は自分の身体や心が傷つかないように、男子は彼女のことを考えて傷つけることのないように、お互いに相手のことを思いやれる人になってください。

何はともあれ夏休み☆

夏休み、どんな予定がありますか？計画をたくさん立てていると思いますが、後悔しないように考えながら、思いっきり楽しんでくださいね☆☆

私は夫の実家の沖縄に遊びに行こうかと思いましたが、飛行機がビックリするくらい高かったのでやめました・・・(´Д`) おとなしく自分の実家に遊びに行きます。

