

6月14日に学校保健委員会を行いました



6月14日(土)に学校保健委員会を行いました。保健給食委員会の発表では、健康アンケートの結果のまとめを発表しました。自分の生活と健康アンケートの結果を比べ、見直したいと感じた人も多かったのではないでしょうか。健康アンケートの結果をこれから的生活に生かし、毎日元気で楽しく過ごせるようになるといいなと思います。

講話では、本校スクールカウンセラーの金崎先生から「心地よい関係を築くためのコツ～自分も相手も大切にしたコミュニケーション～」をテーマにお話をいただきました。自分の意見や考えを伝える自己主張には「いろいろタイプ」「もやもやタイプ」「さわやかタイプ」の3タイプあることを教えていただき、この3タイプをもとに「上手な伝え方」についてのワークを行いました。また、困ったときの対処法についても、お話をありました。今回のお話で学んだことを生かして、さわやかなコミュニケーションで心地よい関係を築いていきましょう。

生徒感想（抜粋）

相手に何か言われても自分が何も言わなければ不快にならずに済むと思っていたけど、自分がストレスを溜め込んでしまうので僕もさわやかタイプになれるようにがんばります。
私は怒ってしまうとジャイアンタイプになってしまうこともあるので、一度立ち止まって、お互いが穏やかでいられるように、言葉のチョイスをしていきたいです。

「メディアと上手に付き合う1週間チャレンジ」実施月です！

前回のチャレンジシートも返却しています。前回「×」だった部分が「○」にできるように、今日から4日間がんばりましょう！（7月14日までにすべて記入し、7月15日に提出してください）

保護者の皆様へ

学校保健委員会へのご参加とアンケートへのご回答ありがとうございました。今後も学校保健活動へのご協力よろしくお願ひします。また、今月は「メディアと上手に付き合う1週間チャレンジ」実施月です。ぜひ、ご家庭でも話題にしていただけたらと思います。

かんが ネットモラルについて考えよう

ともだち
ネットの友達は
ほんどう しんよう
本当に信用できるのか？

リアル社会で誰かと話をするとき、目の前にいる人が信用できるかどうか、皆さんはどうやって判断していますか。話の内容？話し方？いい人そうという印象？きっと、いろいろな情報を総合的に判断して、こちらもどういう態度で付き合うべきかを決めているのだと思います。

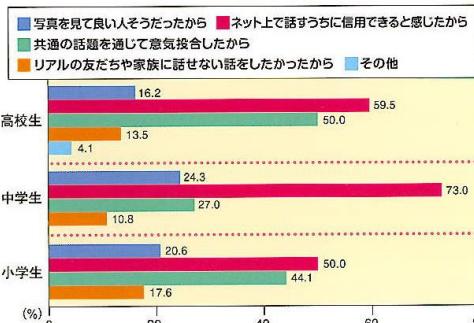
一方、SNSのコミュニケーションでは、相手の情報は文字や写真でしか入ってきません。また、その人のプロフィールが本当かどうかわからず、一度も会ったことがない人のことを信用できるかどうかを判断するのは大変難しいことです。

ききいしき だいじょうぶ コミュニケーションに対する危機意識は大丈夫？

ここでは10代の、ネットで知り合った相手との距離感について見ていきます。

しんらい ネット友だちを信頼する理由

Q ネット上で知り合った友だちと会いたい、または写真を送っても良いと思った理由をお聞かせください。（複数回答）



ネット上で知り合った友だちを信頼する理由で最も割合が高いのは、「ネット上で話すうちに信用できると感じたから」です。しかし中学生と比べると、高校生はそれだけで判断せず、ほかの情報も含めて判断している様子がうかがえます。

引用文献：ストップ！SNSトラブル①炎上、誹謗中傷はどうして起こる？（汐文社）

これだけは知っておきたい SNS

こじんじょうほう なに 個人情報って何？

個人情報とは、個人を特定することができます。氏名、生年月日、住所、電話番号といった情報は、個人情報にあたります。

また、免許証やパスポート番号なども同じです。学生なら、学校名、学年、クラス、出席番号の組み合わせで個人を特定できてしまいます。

つなともだち SNSで繋がっていないと友達じゃない？

勉強をしたり、テレビを見たりする自分の時間が、友達とのメッセージのやり取りでつぶれてしまうといったことはありませんか。相手は話に夢中になっているみたいだし、今やめると冷たくしているような気がしますが、相手の行動をすべて受け入れることが「友達」ですか？

お互いの気持ちや都合を分かり合える関係になれるといいですね。



えんしゃしなだれ 絵や写真は誰のものでもSNSに載せられる？

世の中に出回っているキャラクターはその作者に著作権があり無断で使用することはできませんことはみなさん知っています。これは有名作品だからというだけでなく、個人（友達）が書いたオリジナルのキャラクターも同じです。また、スマホで撮った写真にも撮影した人に著作権がありますので、無断で自分の発言に使用することはできません。