

思春期健康支援講座 を実施しました

平成 30 年 3 月 8 日、9 日に 西米良中 3 年生、諸塚中 1～3 年生、椎葉中 3 年生において、思春期健康支援講座を行いました。2 日間で 61 名の学生が聴講しました。



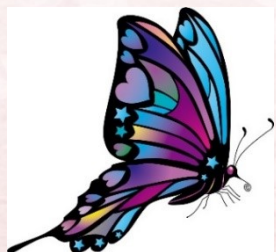
足裏ゴリゴリ



思春期についての講話



のび～体操



輝く人になりましょう～思春期のこころとからだ・いのち～をテーマとした講話や思春期の生活術を体験した学生からは、「思春期の事について理解できた」「体験したことを思い出して生活の中に取り入れていきたい」などの声が聞かれ、思春期や自分のこころやからだを感じるきっかけとなり、思春期の自分のこころとからだへの意識を高める機会になりました。

「中山間地域における思春期健康支援事業」

中山間地域では、心身の変化が大きい思春期に高校進学のために保護者の元を離れ生活することが多く、自分のからだやこころを大切に、セルフケアできる思春期の健康支援教育が必要とされています。中山間地域の中学生や保護者、地域住民を対象とした思春期健康支援を実践し、親元を離れ一人で生活することにより生じる思春期の問題を研究的に取り組んでいます。