

『思春期健康支援講座』を実施しました！

平成 31 年 3 月 8 日 諸塚中学校、椎葉中学校において、思春期健康支援講座を行いました。

諸塚中学校 3 年生：13 名、椎葉中学校 3 年生：26 名の生徒さんが参加しました！



看護大学学生 11 名も
一緒に行きました！



よろしくお願いします♪

名刺交換ならぬ
“キャンディ交換”でご挨拶



★輝く未来に向けて新たな一歩を
踏み出す皆さんへ

★思春期のからだところどころについて

★性って何？多様な性(LGBT)

★性感染症の予防と対応

★スライドショー

～人が誕生し育つという事～

★新たな生活を始める皆さんへ

簡単にできる生活術を伝授！

～深呼吸～

～肩の上下運動～

～ツボ～



正しい深呼吸をやってみよう！



ツボはここかな？



最後に歌とメッセージカードを
プレゼントしました♪



4 月から新たな生活が始まる 3 年生にとって、
自他を大切にすること・自分の存在価値について再認識し、
新生活へ向けて心身を整えるきっかけとなりました

