


保健室からの Message 冬休み号

11月4日(木)1年生の人権統一LHRは、『あなたの近くにもいるLGBT ～男女やLGBTだけじゃない!性のあり方は十人十色!～』というテーマでLGBTERで元養護教諭の井上 鈴佳さんにご講演いただきました。

学びに対する感想文を一部ですが紹介します(修正箇所あり)

男	初めて知る内容ばかりだったので、とても興味深かった。世の中にはいろんな人たちがいるのだということを改めて知ることができよかった。将来的にLGBTの人たちと関わることがあっても何も違和感がないし、逆に様々な困難を乗り越えてこられたことに対し尊敬したいと思った。日本がまだ性に対する考え方は厳しいが、将来的には少しずつでも理解が進んでいってほしいと思った。	男	今日の講演会を聴いて感じたことは、差別されるかもしれないのにみんなの前に立ち、性の多様性について話して下さったことにまずは感謝したいです。LGBTと知ったことでどのように反応したら良いかわや、何をされたら嫌かを知ることができ、その知識が広がると差別はなくなっていくとも思った。勇気を出して話されたことはすごいことだと思った。もっと詳しく知りたいと思った。
女	今日の講演を聴いて普段あまり深く学んだことがない内容だったので、とても良い経験になったと思いました。レズビアンということ私たちに伝えるのに勇気を振り絞ってお話しされたと思います。知らないことをたくさん教えてくださり感謝の気持ちでいっぱいになりました。もしかしたら私の周りにもカミングアウトしていないだけでLGBTの人がいるかもしれません。もしいたら、「言ってくれてありがとう」「何か困っていることない?」「どこまで言って、どこまで言ったらあかん?」と優しい言葉かけをしようと思いました。今までは異性を好きになることが多かったとしても、同性を好きになる可能性があるということが一番印象に残りました。		
男	今の日本では同性の結婚が認められていないから、partnerの救急搬送に付き添っても家族と認めてもらえないため連絡が届かないという実態や、他の世帯より多くの税金を納めないといけないというのは不公平だと思った。日本は憲法の下に平等であるから、その憲法の改正をするべきだと思った。		10月1日に彦根市では県下で初めて「パートナーシップ宣言制度」が導入され、カップルの少なくとも一方がLGBTQであっても一般的な夫婦と同じサービスが受けられることになりました。そして10月22日には制度を利用した第一号のカップルが誕生しました。
女	・・・。「男らしく」「女らしく」ではなく、「自分らしく」と話され、その通りだと思いました。たくさんの方が自分らしく生きていける世の中になればいいなと思いました。	女	今回の講演を通して、生まれた時の性は関係ないんだと思いました。女性だから男性を、男性だから女性を好きになることが普通ではなく、自分が好きになれば性別なんて関係ないとわかりました。これからは人それぞれいろんな人がいると考えて生きていこうと思いました。
女	身近な人が実はLGBTQかもしれないので普段から言葉に気を付け、その人を傷つけてしまわないようにしたいです。ほかの種類についてももっと調べてみたいと思います。私はLGBTQの人に対して偏見を持っていないと思ってるけど、もしかしたら無意識に偏見を持ってしまっているかもしれないので気を付けたいです。	女	これまで実際にあったことがなかったため、深く理解しようと努力することはありませんでした。しかし今回の講演を聴いて、LGBTの人は11人中1人の確率でおられ、LGBTだと気づく時期も人それぞれだということを知りました。もしかしたら自分もLGBTの可能性もあるかもしれないと思いました。また日本ではまだまだ同性同士の結婚が難しいということに疑問を持ちました。LGBTの人が暮らしやすい世の中になってほしいです。

👤 講師 井上 鈴佳さんより Message

カミングアウトしてもらったら、まずは「話してくれてありがとう」。話は途中で遮らず、最後まで聞いてください。セクシュアリティを決めつけたりせず、「どうして伝えてくれたのか、何に困っているのか」を聞きましょう。そして・・・『アウティングは絶対にしないこと』。誰に話しているか、誰に話してもいいかは必ず本人に確認することが必要です。

明日から冬休み

「いつも夜更かし」「だらだら食べる癖」「運動不足」にならないよう意識しないと、1月7日の3学期初日が辛いものになります。リズムカルな生活を心がけましょう!

🌟 お知らせ 1月のスクールカウンセラー来校日は、13日(木)19日(水)28日(金)です 🌟

11月25日(木)2年生の人権統一LHRは、若者を性の当事者にしないための生命の安全教育、『大切なことと体を守るために』を学びました。学びの振り返りと感想文を一部紹介します。

自分と相手を守るもの ～距離感が守られないときは？～

相手が近づいてきたり、体に触られたりして、いやだなあと感じたら、自分の距離感が守られていないということです。あなたがいやなことはいやだと言うことができます。

「距離感」を守ろう

自分の距離感を守ろう 相手の距離感を守ろう

相手に会う回数を減らしたり、SNSや電話などのやりとりを減らしたりしましょう

- 自分がいやだと感じたことは、いやだと言ってよいのです
- 相手がいやだと言ったら、相手の気持ちを受け入れましょう
- いやなときは、相手と距離を置いてみましょう
- 自分の距離感が守られていないときは信頼できる人に相談しましょう

性暴力の例【デートDV】

DV(ドメスティック・バイオレンス)とは、結婚している相手など親密な間柄の相手からふるわれる暴力のことです。恋人同士の間で起こる暴力のことを「デートDV」と言います。

どんなことがデートDVになるの？

身体的暴力

精神的暴力

性的暴力

経済的暴力

- 暴力を手段として、相手を思いどおりにしたり、一方的に言うことを聞かせようとする。
- 殴る、蹴るといった体に対する暴力だけでなく、相手をバカにしたり無視をするといった行為もDVです。

こんな思い込みをいませんか？

相手を独占したり、束縛したりすることが愛情表現

愛があれば暴力は許される

男は強引なほうがいい女は素直にしたほうがもの

親しい間柄でも自分と相手の気持ちを大切にしましょう

- 自分がいやだと思ったことはいやと言える
- 相手がいやがることはしない

性暴力が起きないようにするためには

性暴力の被害者と加害者を生まないためには、自分を大切に、相手も大切に、相手よりよい人間関係をつくっていくことがとても大事です。

よりよい人間関係をつくることは、性暴力を防ぐことにつながっていきます。

自分を大切に

相手を大切に

暴力をゆるさない

SNS等を通じた被害を例にすると...

自分の下着姿や裸の写真を撮ったり、送ったりしない

相手の下着姿や裸の写真を送らせたり、SNSに投稿したりしない

誰かの性的な写真が送られてきたら、そのまましないで信頼できる人に相談しましょう

ひとりで抱え込まずに話してみよう

もし、性暴力にあっってしまったら、友達が性暴力にあつたら、性暴力を目撃したら、ひとりで抱え込まずに、だれかに話してみよう。もし、周りの人に話せないときは、あなたを助けてくれるところがあります。

信頼できる人に話そう

- 担任の先生、養護の先生、スクールカウンセラー
- 保護者、そのほかの身近な人 など

あなたを助けてくれるところ

性暴力・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター
(金沢共通犯罪被害センター)
はやくワンストップ
#8891

性暴力被害相談電話
ハートさん
(金沢共通犯罪被害センター)
はやくワンストップ
#8103

女	暴力だけではなく相手が不快に感じた時点でセクハラになると知り驚いた。SNSを使用しているので今日学んだことを忘れず実行していきたい。	女	自分自身にもあり得る身近なことなので、今日学んだことを日々活かしていきたいと感じた。また問題が起こらないよう人との関係を大切にしたいと思った。
女	私も自分の意思を伝えられない時が多いので、嫌なときは嫌と伝えられるようにしたい。また行動する前に「今自分は何をしたい、どういうことを招いてしまうのか」を考えながら接していきたい。何かあった時は一人で抱え込まずに相談したいし、友達がそういう目に遭っていたらしっかり相談にのりたい。被害者の行動を否定しないことが大切だということも分かったのでしっかり心に留めておきます。	女	最近よく耳にするようになってきた(本当はそうなるべきではないのだが)性暴力について深く学ぶことができた。なぜ起こるのか、どう防ぐかなどを実践的に学習できたことは今後の生活の力になっていくはずだ。被害者にも加害者にもならないよう、自分も相手も大切にしたい人間関係を作っていきたい。
男	DVやセクハラはどこからがセーフでどこからアウトなのかを知りたい。自分で決めることなんですか？	男	人間関係をより良くしたり、良い状態をキープするのはとても難しいと思った。人のことを尊重するのは大事なことだけれど、今の自分には厳しいところがあると思った。
女	「自分を大切に」「相手を大切に」。この二つは簡単に見えて実際は難しいと思う。でもこの二つをきちんと守ることで性暴力も少しはなくなるのかなと思った。	女	SNSでの出会いは、相手のことを深く知っているつもりでも案外わかっていないことの方が多いのではないかと気付いた。嘘をつかれている可能性もあるので、家を出る前に誰と会い、どこへ行くというは伝えるべきだと思った

明日から冬休み
 「いつも夜更かし」「だらだら食べる癖」「運動不足」にならないよう意識しないと、1月7日の3学期初日が辛いものになります。リズムカルな生活を心がけましょう！

★ お知らせ | 1月のスクールカウンセラー来校日は、13日(木)19日(水)28日(金)です ★

保健室からの Message 冬休み号

11月18日(木)3年生の人権統一LHRは、滋賀県立総合病院がん支援センターソーシャルワーカー岡村 理さんと、AYA世代にがんを体験されたがん患者団体ピアサポーター岩本 香奈さんより『AYA世代の癌におけるリソース(社会資源)を知り、行動選択・意思決定に導くために』というテーマでご講演いただきました。

学びに対する感想文を一部ですが紹介します。(修正箇所あり)

男	◆「今、自分が生きていることは、昨日に命を落とした人がどうしても生きたかった明日」という言葉にすごく言葉の重みを感じました。	
女	私は介護福祉系で、介護について学んでいて「がん」という言葉を聞く機会も多くあり、がんの診断をされた方のケアなどについても多少知識があります。がんは早期発見・治療が後遺症の少ない治療後の生活を送るため重要であること、相談支援を受けられる場所が近くにあるということは大変心強いです。	男 今まではがんと聞くと、怖い恐怖のような存在だったし、高齢者になったらなると思ってはいたけど、すべてがそうではなく、私たちの年代の人でもたくさんいることに驚きました。生活習慣に気を付け、予防できるように頑張ります。
女	昨年、祖父ががんで亡くなりました。コロナで見舞える人数が限られていたので、最後を看取ることができませんでした。数週間の退院時に会うと「頑張るわ」と言っていたのを思い出します。完治できるがんがあっても生存率が低いがんも多くあり、そのがんは祖父がかかったと思うと悲しかったです。もっとがんの知識を深めていきたいと思いました。	女 がんについて、自分が持っていた考えや、見方が変わるとても良い講演会でした。もし自分の周りの人ががんになったとしても、相談できる場所があることを知りました。今日聞いたことを大切に、がんにならないよう生活習慣を見直していきたいです。
男	●日本が他の先進国よりがんになる確率が高いのはなぜか知りたい。	男 がんという病気の怖さと同時に私たちがもし仮に発症したとしてもしっかりとサポートがありそれが心の支えになってくれることを知りました。またがんになったから人生がどうなるということはどうでもいいことなのかと思いました。
女	「病気が人格を変えるわけじゃない」という言葉からどんなステータスがあっても中身を見てくれて、受け入れてくれる人はいるんだなと思った。命を大切にしようとして再度、強く感じました。	女 中学生の時に祖母をがんでなくしました。辛く悲しく涙が止まりませんでした。実際は自分ではなく、かかった本人が一番辛いのだと思います。でも今日の講演を聴いて少し心が和らぎました。
男	私は本日の講演会を聴いてとても感動しました。がんにならずに活動されている人に会えたことにより、自分ががんになってもあきらめずに生きていけそうです。	男 がんにかかるということが、どれだけ不安な気持ちになるのかよくわかりました。自分の近くにがんになった人や、がんで亡くなった人がいなかったのも、このような講演会はとても貴重で、大変ありがたかったです。
女	がん患者の気持ちや、周りの人がどのように接することが大切なのかを学びたいと思いました。がんになったときに一人で抱え込まないことが大切であるということを学びました。	女 長生きして自分の夢をかなえたい。 この講演を聴いてがんになった人にしかわからない気持ちやどのように乗り越えたかを間近で感じる事ができた。
女	身近に喫煙者がいるので一度行ってみたいと思った。今回の講演で、がんの予防や気持ちの持ちようが知れてよかった。また家族にこの話をして一緒に受診しようと思いました。	女 今回の講演会のおかげで考えが変わりました。聴けて良かったです。他人事ではないということが改めてわかり、注意しようという気持ちになりました。 希少がんのことをもっと知りたいと思いました。

明日から冬休み

「いつも夜更かし」「だらだら食べる癖」「運動不足」にならないよう意識しないと、1月7日の3学期初日が辛いものになります。リズムカルな生活を心がけましょう！

✦ お知らせ 1月のスクールカウンセラー来校日は、13日(木)19日(水)28日(金)です ✦