



3月になり、春の訪れが感じられる季節となりました。寒さが和らぎ、桜の開花が待ち遠しいです。さて、3月は卒業や進級など、新たなスタートを迎える準備期間です。4月からも皆さんがそれぞれの環境で充実した毎日を送ることができるよう、保健室から応援しています。

保護者の皆様におかれましては、本校の保健活動や感染症対策に御協力いただき、ありがとうございました。

令和7年3月3日
東京都立港特別支援学校
校長 岡戸 良雄
養護教諭 伴 智恵子

3月の予定

日 時	行事	対象各科
5日(水) 10:00~	健康相談	全科希望者

健康相談

精神科校医の健康相談日を毎月設けています。御希望の方は、担任の先生を通して保健室にお申し込みください。

保健関係書類の配布について

在校生を対象に、年度末に保健関係書類を配布いたします。必要事項を御記入いただき、新学期に黄色い封筒へ入れて御提出をお願いいたします。

配布書類一覧

- 保健調査票
- 心臓検診調査票
- 黄色い保健封筒



薬の返却について(対象生徒のみ)

保健室にてお預かりしている緊急時薬(座薬等)を年度末に御返却いたします。

返却日…卒業生：3月19日(水)卒業式
在校生：3月25日(火)修了式
与薬依頼書配布

※新学期に新しい薬と与薬依頼書の御提出をお願いいたします。

保健室からの

お知らせ

石井養護教諭はしばらくの間、休暇をいただいております。先月より養護教諭アシスタントとして、日によって非常勤看護師が保健業務をアシストしています。御理解、御協力をどうぞよろしくお願いいたします。

3月保健目標

一年間の健康生活を振り返ろう

みなさんは一年間どのような健康習慣を実践しましたか？バランスの取れた食事を心掛けていましたか？定期的に運動をしていましたか？ストレス管理やリラクゼーションの方法を取り入れていましたか？一定の睡眠時間を確保できましたか？症状や不調があった場合に早めに医療機関を受診しましたか？

これらを振り返り、今後の目標や改善点を見付けてみましょう。



自分も相手も大切にするために

デートDVを知ろう

春からの入学・進級や就職で、みなさんにはきっと新しい出会いがたくさんあるでしょう。中には、恋人ができて一緒に素敵な思い出を作っていく人もいるかもしれませんね。自分も相手も大切にできる恋愛できるように、みなさんにはデートDVについて知ってほしいと思います。

10代カップルの3組に1組がデートDVを経験

交際経験のある中学生・高校生・大学生への調査*によると、約39%（約3組に1組）がこれまで「デートDVの被害に遭ったことがある」と答えています。デートDVはとても身近なものなのです。

*全国デートDV実態調査、認定NPO法人エンパワメントかながわ、2016。



身体的暴力

喧嘩になった時に恋人に物を投げつけるなど

どんな行為がデートDVになるの？

デートDVとは、恋人同士の間で起こる暴力のことです。「DV」と聞くと、殴る・蹴るといった身体的な暴力をイメージしがちですが、実際にはさまざまな種類があります。

精神的暴力

こんなこともわからないの？バカじゃないの？
恋人を言葉で侮辱するなど

性的暴力

付き合ってるんだからいいでしょ
嫌がる恋人に外でのキスを強要するなど

経済的暴力

彼氏なんだからおごって当たり前でしょ？
恋人に夕食代を全額出すことを強要するなど

行動の制限

友人たちと遊んでいる恋人にすぐに来い！そいつらとはもう会わない！
怒りのLINEを送るなど

もしもつらい時は相談を

「恋人の言動に傷つくことが多い」「自分は暴力を振るっているのかもしれない」…不安になった時の相談窓口もあります。



NPO法人
デートDV防止
全国ネットワーク



デートDV
110番

