

# 学校保健委員会だより

平成30年12月21日（金）・前橋南高校 保健室 発行

平成30年12月12日（水）の放課後、今年度の学校保健委員会が本校第1会議室で開かれました。当日は、学校医の定方先生（内科）、長島先生（歯科）、伊藤先生（薬剤師）をはじめ、PTAの方々をお招きして、生徒保健委員や教職員が多数参加のもと、研究協議を行いました。

## テーマ「自分自身を大切にしていますか ～自己肯定感を高めよう～」

### 生徒保健委員会の願い

- ♪自分自身を大切に思うことで、相手も大切にできることを広めたい！
- ♪自分のよさに気付くことで、希望や自信を持って日々の生活が充実して欲しい！

☆前南生の実態を把握するために、11月16日（金）、アンケートを実施しました。

### アンケート結果

#### 1. あなたは自分自身が好きですか

	どちらとも いえない	嫌い	好き	とても 好き
1年男子	53%	13%	28%	6%
2年男子	53%	16%	26%	5%
3年男子	55%	10%	27%	8%
男子全体	54%	13%	27%	6%

	どちらとも いえない	嫌い	好き	とても 好き
1年女子	66%	15%	17%	3%
2年女子	55%	15%	30%	1%
3年女子	69%	15%	14%	2%
女子全体	63%	15%	20%	2%

#### 2. 自分に対して自信を持っていますか

	全く ない	あまり ない	ある程度 ある	とても ある
1年男子	8%	50%	40%	3%
2年男子	9%	53%	33%	4%
3年男子	9%	50%	37%	4%
男子全体	9%	51%	37%	4%

	全く ない	あまり ない	ある程度 ある	とても ある
1年女子	9%	69%	17%	3%
2年女子	4%	60%	34%	3%
3年女子	14%	66%	19%	1%
女子全体	9%	65%	23%	2%

#### \*考察\*

男女共に自分自身が「とても好き」と答えた生徒はごく僅かで、「どちらともいえない」と答えた生徒が1番多い結果となりました。女子は男子に比べ、好きと答えた人の割合が全体的に低い傾向がありました。（2年生女子は「好き」において、高めの傾向でした。）自信があるかについては、「あまりない」と答えた生徒が半数以上を占めました。男子の方が「ある程度自信がある」と答えた生徒の割合が高かったです。



#### 3. 毎日が楽しいと感じますか

	全く 楽しく ない	あまり 楽しく ない	楽しい	とても 楽しい
1年男子	3%	8%	70%	19%
2年男子	1%	16%	62%	20%
3年男子	3%	27%	54%	17%
男子全体	2%	17%	62%	19%

	全く 楽しく ない	あまり 楽しく ない	楽しい	とても 楽しい
1年女子	0%	16%	50%	34%
2年女子	1%	10%	59%	30%
3年女子	2%	10%	71%	18%
女子全体	1%	12%	60%	27%

\*考察\* 男女共に毎日が「楽しい」「とても楽しい」と感じている生徒が大半を占めました。3年生男子において「あまり楽しくない」が少し高めの数値でした。

4. 困った時でも前向きに取り組むことができますか

	すぐに諦めてしまう	わりと前向き	いつも前向き		すぐに諦めてしまう	わりと前向き	いつも前向き
1年男子	13%	79%	8%	1年女子	18%	73%	9%
2年男子	12%	75%	11%	2年女子	8%	78%	14%
3年男子	10%	74%	14%	3年女子	18%	73%	9%
男子全体	12%	76%	11%	女子全体	15%	75%	11%

**\*考察\***男女共に、「すぐに諦めてしまう」生徒は1割程度で、「わりと前向き」の生徒が多かったです。2年女子で「すぐに諦めてしまう」の数値が特に低い傾向でした。

5. あなたは誰から褒められると嬉しいですか（複数回答可）

**\*考察\***男子は、「友人」から褒められると嬉しいが1番多かった。



	父親	母親	祖父母	友人	先生
1年男子	38人	47人	28人	79人	54人
2年男子	55人	54人	38人	79人	54人
3年男子	46人	46人	38人	92人	51人
男子平均	46人	49人	35人	83人	53人

**\*考察\***女子は「友人」「母親」「父親」「先生」と続いた。

	父親	母親	祖父母	友人	先生
1年女子	51人	69人	43人	83人	54人
2年女子	57人	85人	42人	84人	52人
3年女子	41人	69人	36人	77人	44人
女子全体	50人	74人	40人	81人	50人

6. これまでの人生で自信になったことはありますか。

男子	<ul style="list-style-type: none"> <li>・受験に合格・試合でヒットを打った</li> <li>・先生からクラスの代表を頼まれた</li> <li>・皆勤賞・習い事・勉強や部活等</li> </ul>	女子	<ul style="list-style-type: none"> <li>・外国の方と過ごした・部活・受験</li> <li>・努力したことが結果に出た</li> <li>・スポーツで県代表・作文で受賞等</li> </ul>
----	--	----	---

7. 自分自身の好きなところを教えてください。

男子	<ul style="list-style-type: none"> <li>・負けず嫌い・運動ができる・元気</li> <li>・健康・明るい・面白い・根性がある</li> <li>・思いやりがある・諦めない・顔</li> <li>・優しい・想像力が豊か 等</li> </ul>	女子	<ul style="list-style-type: none"> <li>・元気・明るい・協調性がある</li> <li>・友達を大切にできる・髪の毛・顔</li> <li>・前向き・よく笑う・何にでも努力できる・楽観的 等</li> </ul>
----	---	----	---

**スクールカウンセラー 星野先生にインタビューをしました！**



～星野先生によるアドバイス～

- ◎自己評価が高い方がよい。自己評価が高いと、心に余裕ができ、人を褒めることができる。逆に自己評価が低いと臆病になって萎縮してしまう。
- ◎本気の失敗にはすごく意味がある。失敗しないと成長はしない。
- ◎物事には必ず「よかった面」と「悪かった面」がある。失敗をネガティブに捉えないで。
- ◎どんな小さなことや当たり前なことでも「できた」ことを見つける。
- ◎1日のうちに「できた」ことを3つ見つけてメモをする。1週間、1か月・・・とできたことが多くなり、自信を持てるようになる。挨拶ができた、朝早く起きられたなど些細なことでもよい。

**意見交換**

◎今日あったいいこと、できて嬉しかったことを挙げてください！

- (生徒) ・検定の合格通知が届いた・体育の授業で活躍できた・授業に集中できた・英単語テストで合格
- ・友達と楽しく話せた・購買のパンが買えた など
- (保護者) ・見つからなかった資料が見つかった
- ・学校保健委員会に参加できて、生徒の発表を聞くことが自分の成長に繋がった など
- (学校医) 前南の学校保健委員会に参加できてよかった
- (教職員) お昼ご飯が美味しかった・仕事が捗った など



**学校医の先生より**

- (定方先生) 生徒の発表により、自己肯定感について勉強することができました。
- (長島先生) 自分を見つめることで、自身の長所に改めて気づきました。
- (伊藤先生) 将来やりたいことのために、夢は大きく、目標を持ってください。

