

石川県立飯田高等学校保健室 発行 令和 6年 7月

今年もムシムシとした暑い夏がやってきました。気温の高い日が続いていますが生活 リズムを乱さず、体調を整えて熱中症や夏バテを予防しましょう。

さて、4月からの定期健康診断が一段落しました。健康診断の結果から、受診や検査が必要な人には受診のお知らせを配付しています。**受診のお知らせを配付された人は、 夏休みを利用して専門医等による治療や検査を受けてください。受診が終わった人は受診結果を保健室に提出してください。**よろしくお願いします。

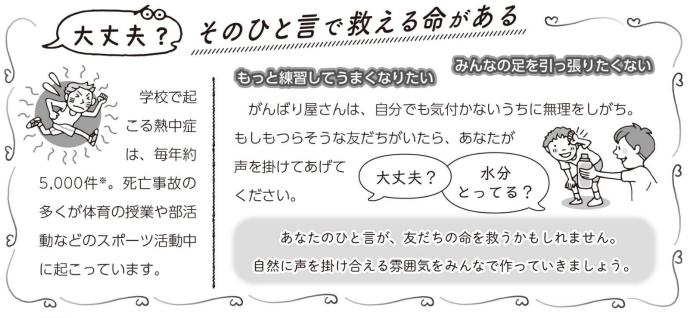




熱中症の症状は、まだ大丈夫かなと思っているうちに急に悪化するかもしれません。 おかしいなと思ったら、早めに涼しい場所で体を冷やし、休憩しましょう。



夏の部活動は声をかけあって!先輩は、後輩の様子をしっかり見てあげてくださいね!





夏休み明けも、元気な皆さんにまた会えることを楽しみにしています! よい夏休みを♪



- ・あなたの大切な心と体を守るために
 - ・被害者にも加害者にもならないために
- 誰かから相談されたときには力になれるように

スマホは便利なアイテムです。リアルな現実世界ではなく、スマホの中の世界に居心地の良さを感じている人もいるかも しれません。

目の前にいる友達や親には本音をなかなか言えないけれど、ネットの世界でなら本音を言える…。そういう人が増えてい るような気がします。

そんな中で性的な被害を受けるケースが増加しています。ニュースなどでもよく報じられていますが、自分が巻き込まれ ることはないだろうと人ごとのように思っていませんか。今回は、加害者の巧妙な手口を紹介します。被害にあわないため には、どうしたらよいか、考えるきっかけになればいいなと思います。

グルーミングとは?

グルーミングとは、「動物の毛づくろい」という意味 の英語ですが、性的な行為を目的に子どもを手な づけるという意味があります。

孤独を感じていたり、話を聞いてほしい、認めてほ しいなど、思春期特有の悩みを抱えている人につ け込んで巧みに被害者に接近してきます。

「優しくて良い人」の印象で、愚痴や悩みを聞き、 相談にのる、肯定しほめる、共感するなどで、偽りの 信頼関係を築いていきます。





このようなグルーミングによって、信用させ相手が心を許すような状況になると性的な画像 を要求したり、実際に会って性的な行為を求めてくるようになります。そして、被害者が躊躇 したり、拒否したりすると態度を一変させるのです。例えば強い言葉で攻撃したり、ネットに 公開する、秘密を親にばらすなどと脅して、言うことを聞かせようとします。

被害者は、困惑しながらも、断れない状況に陥るのはどうしてでしょうか。 「脅されて怖い」ということもありますが、元々「この人は信頼できる人だ」 「今まで良くしてくれた優しい人だ」と思い込んでいるため、断ると申し訳ないという 心情になってしまうのです。

皆さんに伝えたい3つのメッセージ

- 1. 下着姿や裸の自撮りを要求されて送らないこと
- 2. 人には自分のことを自分で決める権利があります。 自分の体は自分のもの。自分の体をどうするか決められるのは自分だけです。
- 3.被害にあった時、あいそうになった時には周りの信頼できる人に相談してください。 相談機関には専門のスタッフがいます。一人で抱え込まないでください。





どうしよう。

断ったら嫌われるかな・・・

男子、女子問わず、 被害にあうことが あります。

どんな状況であっても、相手の要求に対してあなたには断る権利があります。

現在または将来にわたって、性的な関係を誰かと持つ時には必ず同意が必要です。

「性的同意」とはどういうことでしょうか。右のタイトルをネットで検索してみてください。



とてもわかりやすいので、この動画、お勧めです。もし、困ったことがあったら #8103(性犯罪被害相談電話窓口) もちろん保健室でも話を聞きますね。