



いのちの出前講座

ホームページでもお知らせしましたが、2月3日(木)に2年生で「次世代に命をつなぐ、こころとからだづくり～じぶんのために、いつか出会う大切なひとのために～」をテーマとして、助産師の矢野友起子さんに講演をしていただきました。

講演後に皆さんが書いた感想や質問の一部を送らせてもらったところ、矢野先生が返事をくださったので紹介します。



四日市市立西朝明中学校2年生のみなさんへ

2月3日(木)の講話では、みなさんが話を聞いてくださりとてもうれしく思いました。一部の方の感想や質問をみせていただきました。たくさんメモをとってくださった方もみえて驚きました。

質問いただいた分のお答えをさせていただきます。

① パパママ教室は、どこで受けることができますか？

A：パパママ教室は、助産師個人で開催していることもあります。また出産する病院や市町（四日市市など）で開催しています。

② 助産師になるとき、どんな勉強をしていたか気になりました。

（筆記だけではなく、実技とかもあるのかなと思っています。）

A：助産師の学校（大学）では、人の体のつくりや機能、受精のこと、妊婦さんの体のこと、赤ちゃん（胎児）のことなど、たくさんの授業をうけます。基本的なことを講義で学んだ後に、実習といって病院で出産の実技を学びます。（先輩助産師さんがついてくれます）出産だけでなく、パパママ教室を開く練習をしたり、家庭訪問に行き赤ちゃんの診察や子育てのアドバイスをしたり勉強もします。最後は、国家試験を受けて合格すれば晴れて助産師になります。

③ 妊娠したときに食べるとよいものを教えてください。

A：野菜・肉・魚など、バランスよく3食食べることが大切です。

つめたいものや甘いものを食べすぎたり、何かこればかり食べたりというよりもバランスが大切だと思います。お酒やタバコは赤ちゃんに悪い影響を及ぼすのでやめましょう。

④ 胎盤と赤ちゃんはつながっていますが、胎盤ごと生まれてくるんですか？

A：そうです。しかし、うまれてくる順番が大切です。まずは赤ちゃん、次に胎盤です。胎盤が先に出てくことは避けなければなりません。必ず赤ちゃんが先に出てこないで、赤ちゃんの命にかかわります。

⑤ 160cm 56.3kg ぐらいいいといっていたけど、それは少し脂肪があることへのメリットがあるのかなと思った。

A：人の体には、筋肉か脂肪が必要です。特に女性は男性よりも脂肪を多く体に持っています。女性には妊娠・出産する機能を持っているため、脂肪がつきやすいと考えられます。（個人差はあります。→脂肪のつき方）

以上

読みにくいところがあったらごめんなさい。

みなさんの将来の夢や目標が達成されますよう心より願っています。

助産所 ここから 助産師 矢野友起子



家族でもなかなか話しにくいことも聞くことができる大変貴重な機会となりました。自分の体のことを知って自分自身を大切にしていきましょう。

修学旅行について



行き先を北陸方面で検討を始めました。移動手段は貸し切りバスです。伝統文化体験や名所や旧跡を巡り、楽しみも含め企画していきます。お楽しみに！

==＜3月の予定＞=====

3/1(火) 短縮日課6限、生徒会役員立候補×切

/2(水) 平日日課6限、午後 卒業式会場設営、椅子交換

/3(木) 平日日課5限

/4(金) 平日日課6限、卒業式準備、部活なし

/7(月) 卒業式 生徒会役員、室長のみ参加

/8(火) 平日日課6限、卒業式片付け

/9(水) 平日日課5限 /10(木) 平日日課6限、生徒会役員立会演説会、投票

/11(金) 平日日課6限

/14(月) 短縮日課6限、専門委員会 /15(火) 短縮日課6限、学習、部活なし

/16(水) 平日日課5限、部活なし /17(木) 平日日課6限、4～6限学年レク

/18(金) 平日日課6限 /22(月) 平日日課4限

/23(火) 平日日課4限、避難訓練、学年集会、大掃除

/24(木) 平日日課4限、学年集会 /25(金) 修了式

==＜保護者の皆様へ＞=====

新型コロナウイルス感染症の影響が大きな2月でした。まだまだ感染対策をしっかりとしなければいけない状況が続いています。引き続き学校教育活動にご理解いただき、ご家庭でのご協力をお願いいたします。

