

# ほけんだより

VOL.4

□■県立篠山産業高等学校 保健室 2025年12月発行■□

## がん教育講座を実施しました 12月15日(月)

2学年を対象に、がん教育講座を開催しました。講師には、県立丹波医療センターがん性疼痛看護認定看護師の藤原美由紀さんをお招きしました。がんについての正しい知識と、がんの予防方法、早期発見のための健診の重要性についてわかりやすく解説していただきました。



### 《事前・事後アンケート結果》

質問20項目のうち、事前事後で大きく変化があった項目は、以下の項目でした。

○たばこを吸わないこと、バランスよく食事をする、適度な運動をすることなどによって、予防できるがんもある。

…正しい 事前 80.9%→事後 94.3% (+13.4%)

○がん検診を受けられる年齢になったら、検診を受けようと思う。

…そう思う 事前 41.9%→事後 67.6% (+25.7%)

○日頃から、バランスの良い食事や適度に運動を行うなど健康な体作りに取りくもうと思う。

…そう思う 事前 60.3%→事後 84.8% (+24.5%)

○早期発見すれば、がんは治りやすい。

…正しい 事前 79.4%→事後 93.3% (+13.9%)

○身近な人ががんになった時にサポートができる。

…そう思う 事前 33.8%→事後 64.8% (+31%)

\*すべての項目で、「どちらかといえばそう思う」から「そう思う」へ変わった人が多い印象です。あいまいな知識がしっかりしたものになったのではないのでしょうか。

### 《講座終了後の生徒の感想》

がんについて詳しく知る機会が少なかったのですごくいい機会になりました。

もし自分ら周りの人ががんになったらどうするべきなのか、またならないために日頃から気をつけることが分かった。

がんは怖い病気だと思っていましたが、そうじゃないことを知りました。早期発見をすることで治ることも有り得ることを知り、病院に行く機会を増やそうと思います。

ガンについて中年以降からかかることが多い病気だと思っていましたが二十代くらいからかかる病気だと分かりました。

早期発見、早期治療することは治すためのいちばんの近道になるとわかった。また健康診断を受けることが必要だとわかった。

がんについて今まであまり深く考えたことはなかったけれどいざよく考えてみると誰もがかかると怖い病気だなと思いました。なのでこれから、改めてがんにかからないような体作りをしていきたいです。

今回の講座をうけて、がんについての正しい知識はもちろん、自分と家族や周囲の人の健康や生き方について考える時間になったと思います。今回の学びを今後の規則正しい生活習慣の確立につなげていってほしいと思います。

## 教育相談(カウンセリング)の日 🧡🧡🧡🧡🧡🧡

*日時	1月	14日(水)	28日(水)	14時00分~17時00分
	3月	4日(水)	18日(水)	12時30分~15時30分

\*申し込み方法

声のかけやすい先生か、保健室に申し込みしてください。

\*場所 教育相談室