

—知識を得て、差別偏見をなくす—

今日は、世界エイズデー



R3. 12. 1 (水)
荒川区立第三中学校
ほけんだより (No.10)

2021年テーマ「レッドリボン30周年～Think Together Again～」

世界保健機関（WHO）は、1988年に世界的レベルでのエイズまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を図ることを目的として、12月1日を“World AIDS Day”（世界エイズデー）と定め、エイズに関する啓発活動等の実施を提唱しました。我が国としても、その趣旨に賛同し、毎年12月1日を中心にエイズに関する正しい知識等についての啓発活動を推進しており、全国各地で様々な「世界エイズデー」イベントが実施されています。（参考；厚生労働省HP）

日本の感染状況は？



HIV/エイズは、遠い国の出来事ではありません。日本でも毎年1000人以上の人がHIVに感染していると報告されています。一方で、「自分には関係がない」「感染しているのを知るのが怖い」といった理由で、検査を受ける人が少ないのが現状です。HIVに感染すると、感染者はしばらくは自覚症状がありませんが、HIV感染の疑いを自覚したときには、すでに全身の免疫機能が破たんしていることが多いのです。つまり、突然「エイズを発症している」と宣告されることとなります。それを予防するためには、自分がHIVに感染していることを早く知り、うまくHIVとつきあっていくことが重要です。性的接触をするすべての人に感染の可能性があると見て、検査を受けることが必要です。

※“レッドリボン（赤いリボン）”は、世界エイズデーキャンペーンをはじめ、HIV/エイズに関する運動の世界的なシンボルです。

「PEP TALK」でポジティブ思考へ！

保健委員会
心の健康キャンペーンよ
り

プロ野球で6年ぶり8度目の優勝を果たしたヤクルト。

阪神との優勝争いを制し、2年連続の最下位から一気に頂点へと駆け上がったその裏には、チームを一つにした“魔法の言葉”がありました。監督が言い続けたその言葉は「絶対、大丈夫」！！

これこそまさに「PEP TALK」ですね。ぜひ、みなさんも自分自身への「PEP TALK」を決めて、自分に言い続けることをお勧めします。少しずつ、本当に元気や勇気が湧いてきますよ。



<PEP TALK ポスターより>

「セルフペップトーク」のすすめ

自分で自分を元気づけたり、勇気づけたりする言葉を「セルフペップトーク」といいます。今回、保健委員会が提案した言葉を参考にしながら自分自身を応援するための言葉を決めてください。朝晩、1日2回、鏡の前で「セルフペップトーク」を声に出して言って最後に笑顔！

すごいよ、すごい！
〇〇はやっぱり最高！



<担当者>主任養護教諭 山本康子