

「LGBTQ」って何？ 多様な「性のカタチ」

L レズビアン	女性を好きな女性
G ゲイ	男性を好きな男性
B バイセクシュアル	性別に関係なく性的魅力を感じる人
T トランスジェンダー	自身の性と心の性が一致しない人
Q クエスチョニング	性自認が未確定の人

LGBTQの人はどれくらいいるの？

日本では9.7%、10人に1人の割合でいると考えられています。
(電通ダイバーシティラボ LGBTQ+調査2023より)



体と心の性別が
違うことがある

自分の性別が
わからない



病気ではない
生まれつきのもの

同性が好き

異性も同性も好きな人もいる



好きに性別
は関係ない

みなさんは、「身体と心の性別は一致していて当たり前」、「自分の周りにはLGBTQの人がいない」と思っていませんか？LGBTQの人は「まわりにいない」のではなく「言い出せない」だけなのかもしれません。

「ホモ」、「オカマ」はもはや差別用語 いじりのネタにするのは恥ずかしい行動

現代を生きるみなさんには、常に新しい情報をアップデートしてほしいです。あなたのまわりに「ホモ」や「オカマ」という言葉を使っている人、ネタにしていじったりからかったりしている人はいませんか？その人は古い言葉をまだ使っている恥ずかしい人です。

LGBTQの人は
身近にいる

見た目だけで勝手に
決めつけない

違いを否定し
てはいけない

差別用語は
使わない

他人の外見を
ジャッジすることは卑しい行為

1年間で 最もけがの多い行事…

碧南工科高校 保健だより 令和7年5月

球技大会

ドッチはつき指
がほとんど

サッカーで骨折が2件！
(人とぶつかった)

R6年度 けがが
一番多かったのは…

ドッチとサッカー



つき指の手当てのしかた

① 指を冷やす

指を水と氷を入れた容器の中に入れて冷やします。



② 指を固定する

厚紙や定規などを使って固定します。
隣の指と一緒にテープを巻く。



こんなときは病院へ

- ◆はれがひどい
- ◆変形している
- ◆皮膚の色が変わってきた
- ◆指を動かせない
- ◆3日たってもはれがひかない



つき指は、手当てが遅れると、治るまでに時間がかかったり、指が変形してしまったりすることがあります。軽いケガだと思わないで、早めに手当てをして、専門医に診てもらいましょう。

けがをしないのが一番いい



●寝不足はけがのもと

前日は
早めに寝る



●栄養不足はけがのもと

朝ごはん
食べて
エネルギーチャージ



●ウォーミングアップ不足はけがのもと

競技の前には
準備運動と少し練習しておこう



おすすめ！
みそ汁

塩分と水分がとれ
熱中症予防に◎

