

高校生用

# 健康な生活を送るために

# 今

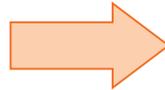
## の君たちにできること、

### 自分に目を向けてみると



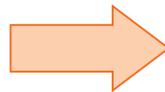
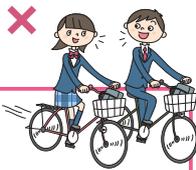
詳しくみてみよう

気持ちよく目覚めましたか？  
朝ご飯しっかり取れていますか？



05

通学に自転車を使っていますか？  
君たちの乗り方は安全？

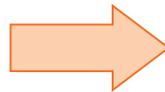


03

一人で悩まないで

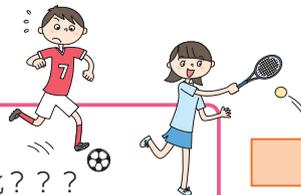


悩みの一つや二つは誰にでもあるよね。  
勉学や進学、友達関係、体型に関するこ  
とも……対処法は？



01, 06

あなたの生活習慣は？  
運動する人、しない人の二極化???



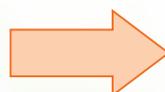
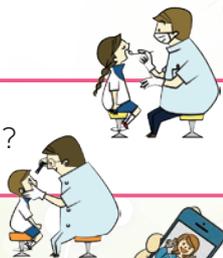
06, 07

今の君たちにお酒やたばこはいらない！



09, 10, 12

歯や目を大切にしていますか？



08

事件や事故に巻き込まれないために！  
自然災害には適切な情報入手と適切な判断！

か  
る  
い  
気  
持  
ち  
で  
個  
人  
情  
報  
は  
送  
ら  
な  
い



02, 04

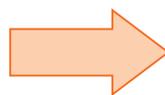
# 知ってほしいこと .....

## 社会に目を向けてみると



詳しくみてみよう

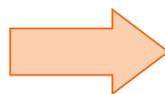
今日も健康・安全に関する情報が新聞、テレビ、雑誌などにいっぱい。大切な健康・安全の情報、でも誤った情報に惑わされないで！



13



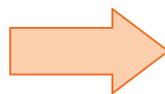
今日もニュースで危険ドラッグのことが！あなたの近くにも……



11, 12



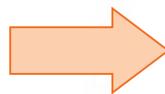
「エボラ出血熱」「デング熱」がなぜ問題に？  
性感染症についても知っておこう！  
HIV、エイズは、過去の問題？



14, 15, 16



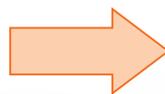
感染症が流行する前に予防接種！  
医薬品は適切に使用することが大切！



17, 18



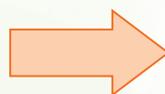
妊娠・出産に関連して



19, 20



「がん」ってどんな病気？  
生活習慣の改善で予防！そして検診が大切！



21