

# 11/20(木)5校時 思春期講座

思春期って？

【おおよそ12歳～18歳位まで】

小学校～中学校～高校へと取り巻く環境が大きく  
変わる時期

身体の変化

ホルモンの関係で身長・体重の伸  
びが大きくなる時期

二次性徴



心の変化

- ・親からの自立を強く意識し、距離を置き始める時期
- ・より強い仲間との結びつきを求める時期
- ・理想と現実とのギャップに悩む時期



下野市こども家庭センター様より思春期における男女の心身  
の変化や自己決定の大切さについてお話をいただきました。  
生徒たちは、今の自分がすべき選択や今後様々な場面でど  
のように自己決定をしていくべきかを考えながら、真剣に話を  
聞いていました。