

Greeting from School health Department of MoEYS

I would like to thank professors of Tokyo Gakugei University (TGU), lecturers of Teacher Education College (TEC) and SHCC team for organizing this training. I am also very grateful for your support in preparing the health subject syllabus and textbooks for TEC.

Since 2018, the Ministry of Education, Youth and Sport (MoEYS) has been working on textbooks for teachers and students for primary to upper secondary school curriculum in School Health subjects. We are currently reviewing the second draft version.

We are now taking health education in MoEYS more seriously. In particular, with the current state of the new coronavirus infections. In addition, the goal of the School Health Department is about health. Therefore, it is very good to know the importance of health as well as to be able to practice it in our daily lives. I think this is a good way to prepare future school health teachers and students.

In short, it is very important for both TECs to be involved in this project, as the TEC lecturers are apparently like parents to the student teachers. They also play the role in promoting what the student teachers has learnt in school after graduation.

I would like to express my acknowledgement to The Nippon Foundation for their support throughout the years. This project has only just begun, so we would like to ask for your support in providing the necessary hardware and software for the school, as well as other materials that will make the health lessons more effective. Of course, learning is a good thing, but without practice, it is not as effective as it could be. Especially, I would like to encourage the TEC lecturers to promote School Health classes as a healthy model for lifestyle and hygiene management.



Dr. SO Chhavyroth
Vice Director, School Health
Department

School Health 6th Training Report

MASUKO Yuuka

School Health 6th Training was held from 7th to 9th February 2022. This was our first face-to-face training in two years since the first training on March 2020. Among all the participants from Cambodia side, 18 were lecturers and management team from Teacher Education College (TEC) in Phnom Penh and Battambang. The training was conducted face-to-face and online simultaneously while the Japanese were attending via zoom.

The two main topics focused on “Drug use and the impact of health” and “Mental Health”. The training was carried on for three days: two-days lectures and group discussion at HIMAWARI Hotel, plus one-day field study at new economic SOSORO museum of Cambodia. After a long period of online training due to the COVID-19 pandemic, participants were very excited and active in learning and discussion. Finally, the first School Health lecture will start at the end of April 2022 for student teachers at TEC. All lecturers are willing to learn and teach the School Health subject.



The scene of 1st day group work:
creating poster about drug abuse



The scene of 2nd day training
at HIMAWARI Hotel



The scene of field study
at SOSORO museum

From fieldtrip report

-We are happy and surprised to learn that there is this type of good museum like this in Cambodia. We will remember and recommend this place to others.

-We can also arrange a short paragraph to explain the background and history of TEC since the beginning until now.

-Through to this field trip, we find that it is important for all trainers because it allows us to get to know and learn about history, development of Khmer currency Since Funan period. In addition, through this field, the trainers have an opportunity to strengthen their friendships, doing group work, and sharing experience to each other. Finally, all of us as trainers would like to thank Nippon Foundation through Tokyo Gakugei University in organizing this meaningful field trip.



New uniform of the project

SHCC project's new uniform has come! We started to wear the new two colors' uniform from the last training. We think uniform is very important for unite our minds for success to achieve the goal of the project. Both of dark and sky blues means nature in our earth, so as sea, river and sky, because SHCC project has eco-health concept that human health is closely related to the natural environment.





Contributor of SHCC project



Social Compass is a designer and artist organization that seeks to solve social issues through the power of art. They created all of illustration of the School Health textbook for TEC including cover page's design and SHCC project's logo. Social Compass is not so big, yet consisting of exquisite team who has produced a number of highly quality works. Mr. Nakamura, the director, has recently published a children's picture book on the theme of the SDGs in Cambodia.

◀ Cover page of textbook for primary education course



ប្រទេសនេះបានសន្តិភាពវិញហើយ
ខ្ញុំចង់និយាយថា "អរគុណណាស់" ។

But peace returned
to the country,
and now I am saying,
"Orkun!"



◀ Thanks picture book



Mr. NAKAMURA Hidetaka
with Social Compass colleagues

Thank you, Picture Book. "Watty" of Angkor Wat and the World Heritage Site characters will teach us how to say "thank you" around the world in line with the SDGs goals. It is available free of charge to anyone who is interested.

(NAKAMURA Hidetaka, Founder of Social Compass)



Project's student supporter



HARA Ayuri

1st Year Student

I join this project to learn about cultures, various ways of thinking, and school health. I look forward to seeing you in person and working together!



TANAKA Miu

1st Year Student

I have never been abroad, and I really want to. I joined the project because I want to see and know the world that is not Japan. I hope the day will come when I can visit Cambodia!



TADA Kaoru

3rd Year Student

I practice Kyudo at university. Kyudo is a traditional Japanese sport in which bows and arrows are used. I'm participating in this project because I'm interested in culture and education outside of Japan. I'd like to know more about Cambodia, and I really want to go to Cambodia someday!



School health class will begin at TECs in April

School health lessons will finally start in April at PTEC and BTEC for Year 4 teacher students of the primary teacher training course. The challenge of mandating school health education for all students, who will be primary school teachers, is an unprecedented new initiative in the world. It has not been realized in Japan either. Cambodia will become the first country in the world to guarantee health and education for all children.



Dr. ASAKURA Takashi
Project Manager,
Professor,
Tokyo Gakugei University

Health education at school is not limited to sex education, drug education, health examinations and first aid. Health education is education for exploring a healthy way of living and creating a safe and peaceful society. It is an education to bring up children with humanness (empathy, caring, and dignity) to realize it. There is not always one correct answer, and there can be various correct answers. Therefore, it is health education at school that teachers and students learn together through dialogue rather than one-way teaching. Let's tell this to PTEC and BTEC students.

I've trained you chapters about half of the textbook so far, but that's still not enough. The ability of the lecturers in charge still needs to be developed. The success of the challenge in Cambodia will be a model for ASEAN countries. To that end, let's continue to work together and to create better lessons. Let's keep learning.



Mental health of young people

SUZUKI Haruka

One of topics for 6th training was "Mental health" and we discussed about when Cambodian college students feel stress. I found an interesting survey on stress of young Japanese (age 17-19) during the pandemic that was conducted by The Nippon Foundation in 2021. According to results, 50.4% of answerers said they were feeling cooped-up during the pandemic and they experienced following things: "They can't spend free time as they like", "Their school life became different from normal" and "It became difficult to see family, boyfriend/girlfriend, and friends who live faraway". Most of answerers who experienced these things felt stress (Table.1).

Table.1 Things they experienced during the pandemic

	Experienced	Felt stress
<i>They can't spend free time as they like.</i>	48.3%	91.9%
<i>Their school life became different from normal because of remote learning.</i>	42.8%	71.3%
<i>It became difficult to see family, boyfriend/girlfriend and friends who live faraway.</i>	32.6%	88.7%

Their lifestyle had changed a lot because of the pandemic. For example, 71.8% of answerers said the time using smartphone was increasing. This survey shows that about one in three of answerers continued sense of uneasiness and irritation, fatigue, difficulty thinking and concentrating.

Source: Awareness Survey of 18 year-olds -Coronavirus and Stress
<https://www.nippon-foundation.or.jp/en/news/articles/2021/20210325-55959.html>



SUZUKI Haruka
Project Coordinator,
SHCC Office, Japan

I would like to inform you that I'm leaving Tokyo Gakugei University. I have not had enough opportunities to visit Cambodia because of the pandemic since the last visit in March 2020. Honestly I wanted to talk to Cambodian teachers in person and learn more about Cambodia from you. However I could see you and communicate with you through online meetings and trainings. These two years is my special memory. It was a pleasure working with you all. Finally, I respect your sincere attitude and passion towards learning new things. I hope this project and School Health in Cambodia go well! Thank you so much.

មតិស្វាគមន៍ពីនាយកដ្ឋានសុខភាពសិក្សានៃក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា

នាងខ្ញុំសូមថ្លែងអំណរគុណដល់ក្រុមសាស្ត្រាចារ្យនៃសាកលវិទ្យាល័យ តូក្យូ ហ្គាកុយ លោកគ្រូអ្នកគ្រូនៃវិទ្យាស្ថានគរុកោសល្យ និងក្រុមការងារ SHCC ដែលបានរៀបចំវគ្គបណ្តុះបណ្តាលនេះឡើង។ ខ្ញុំក៏មានក្តីសោមនស្សរីករាយដល់ការគាំទ្ររបស់គម្រោងក្នុងការរៀបចំកម្មវិធីសិក្សា និងសៀវភៅសិក្សាគោលសម្រាប់មុខវិជ្ជាសុខភាពសិក្សានេះ។

ចាប់តាំងពីឆ្នាំ ២០១៨ ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡាកំពុងរៀបចំសៀវភៅសិក្សាគោលមុខវិជ្ជាសុខភាពសិក្សាសម្រាប់គ្រូ និងកម្មវិធីសិក្សាលម្អិតសម្រាប់សិស្សកម្រិតបឋមសិក្សាដល់កម្រិតវិទ្យាល័យ។ ក្រសួងកំពុងតែពិនិត្យមើលសារឡើងវិញជាលើកទី ២ ។

ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡាក៏បានយកចិត្តទុកយ៉ាងខ្លាំងទៅលើការអប់រំសុខភាពជាពិសេសនៅក្នុងបរិបទកូវីដ-១៩នេះ។ លើសពីនេះទៅទៀត គោលដៅចម្បងនៃនាយកដ្ឋានសុខភាពសិក្សាគឺសុខភាព ដូច្នេះវាជាការណែនាំសំខាន់ក្នុងការដឹងពីសារៈសំខាន់នៃសុខភាព ហើយអាចយកទៅអនុវត្តក្នុងជីវភាពប្រចាំថ្ងៃរបស់យើងបាន។ ខ្ញុំគិតថាវាជាវិធីសាស្ត្រដ៏ល្អមួយសម្រាប់គ្រូឧទ្ទេស និងសិស្សក្នុងការរៀបចំ និងអនុវត្តនាពេលអនាគត។

សរុបសេចក្តីមក វាមានសារៈសំខាន់ណាស់សម្រាប់វិទ្យាស្ថានគរុកោសល្យដែលចូលរួមនៅក្នុងសកម្មភាពគម្រោងនេះ។ គ្រូឧទ្ទេសអាចចាត់ទុកបានថាជាអាណាព្យាបាលនៃគរុនិស្សិតដែលដើរតួនាទីក្នុងការលើកកម្ពស់ និងផ្សព្វផ្សាយទៅដល់គរុនិស្សិត ដើម្បីឱ្យយកទៅផ្សព្វផ្សាយបន្តនាពេលអនាគត។

ខ្ញុំក៏សូមថ្លែងអំណរគុណដល់មូលនិធិនីប៉ូនដែលតែងតែជួយគាំទ្រមកទល់ពេលនេះ។ គម្រោងនេះទើបតែចាប់ផ្តើមដំណើរការទៅមុខ ដូច្នេះហើយយើងសូមសំណូមពរដល់មូលនិធិនីប៉ូនជួយបន្តការគាំទ្រផ្តល់ សម្ភារៈ និងការបណ្តុះបណ្តាលក៏ដូចជារបស់របរចាំបាច់ផ្សេងៗទៀតដែលអាចធ្វើឱ្យដំណើរការមុខវិជ្ជាសុខភាពសិក្សាកាន់តែមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់។ ជាការពិតណាស់ ការរៀនសូត្រពិតជាមានសារៈសំខាន់ ប៉ុន្តែបើសិនជាគ្មានការអនុវត្តនោះ វាក៏មិនអាចមានប្រសិទ្ធភាពដូចដែលបានរំពឹងទុកនោះដែរ។ ជាពិសេសខ្ញុំសូមលើកទឹកចិត្តដល់លោកគ្រូអ្នកគ្រូនៃវិទ្យាស្ថានគរុកោសល្យក្នុងការលើកកម្ពស់សុខភាពសិក្សាដើម្បីជាគំរូសម្រាប់ការគ្រប់គ្រងរបៀបរស់នៅ និងអនាម័យក្នុងជីវភាពប្រចាំថ្ងៃ។

របាយការណ៍ស្តីពីវគ្គបណ្តុះបណ្តាលលើកទី ៦

ម៉ាស៊ីកូ យ៉ិកា

វគ្គបណ្តុះបណ្តាលស្តីពីសុខភាពសិក្សាលើកទី ៦ បានប្រារព្ធឡើងចាប់ពីថ្ងៃទី ៧-៩ ខែកុម្ភៈ ឆ្នាំ២០២២។ នេះគឺជាវគ្គបណ្តុះបណ្តាលដោយផ្ទាល់លើកទី ១ ក្នុងរយៈពេល ២ឆ្នាំ កន្លងមកនេះបើគិតតាំងពីខែមិនា ឆ្នាំ ២០២០ មកម្ល៉េះ។ ក្នុងនោះមានគ្រូឧទ្ទេសចូលរួមសរុបចំនួន ១៨នាក់ មកពីវិទ្យាស្ថានគរុកោសល្យរាជធានីភ្នំពេញ និងខេត្តបាត់ដំបង។ វគ្គបណ្តុះបណ្តាលរៀបចំឡើងដោយផ្ទាល់ និងតាមប្រព័ន្ធអ៊ីនធឺណិតដោយមានសាស្ត្រាចារ្យជំនាញចូលរួមតាមកម្មវិធីហ្សូម (ZOOM) ផងដែរ ក្រោមប្រធានបទ “ផលប៉ះពាល់នៃការសេពគ្រឿងញៀនទៅលើរាងកាយ” និង “សុខភាពផ្លូវចិត្ត”។

វគ្គបណ្តុះបណ្តាលមានរយៈពេល ៣ថ្ងៃ ដោយ ២ថ្ងៃដំបូងមានការពិភាក្សាជាក្រុមរវាងគ្រូឧទ្ទេសនៅសណ្ឋាគារហ៊ីម៉ាវ៉ា រី និងនៅថ្ងៃទី ៣ មានការធ្វើទស្សនកិច្ចសិក្សានៅសារមន្ទីរសេដ្ឋកិច្ច និងរូបិយវត្ថុ ស.ស.រ នៃប្រទេសកម្ពុជា។ ក្រោយមានការបណ្តុះបណ្តាលតាមអនឡាញនៅក្នុងបរិបទកូវីដ-១៩ យ៉ាងយូរមក យើងសង្កេតឃើញថាគ្រូឧទ្ទេសមានការរំភើប និងសកម្មក្នុងការទទួលយកចំណេះដឹង ការពិភាក្សា និងការបញ្ចេញមតិផ្ទាល់ខ្លួន។ យើងចង់ជម្រាបថា ទីបំផុតថ្នាក់សុខភាពសិក្សាដំបូងនឹងចាប់ផ្តើមបង្រៀននៅវិទ្យាស្ថានគរុកោសល្យនៅចុងខែមេសា ឆ្នាំ ២០២២ នេះហើយ។ គ្រូឧទ្ទេសគ្រប់រូបមានឆន្ទៈក្នុងការរៀន និងបង្រៀនមុខវិជ្ជាសុខភាពសិក្សានេះ។



ទិដ្ឋភាពនៃការងារជាក្រុម ថ្ងៃទី១៖ បង្កើតផ្ទាំងផ្សព្វផ្សាយអំពីគ្រឿងញៀន



ទិដ្ឋភាពនៃវគ្គបណ្តុះបណ្តាល ថ្ងៃទី២ នៅសណ្ឋាគារហ៊ីម៉ាវ៉ា



ទិដ្ឋភាពនៃទស្សនកិច្ចសិក្សានៅសារមន្ទីរ ស.ស.វ

របាយការណ៍ពីដំណើរទស្សនកិច្ចសិក្សានៅសារមន្ទីរស.ស.វ

- យើងសប្បាយចិត្ត និងភ្ញាក់ផ្អើលពេលដឹងថាមានសារមន្ទីរល្អបែបនេះនៅកម្ពុជា។ យើងនឹងចងចាំ និងណែនាំកន្លែងនេះដល់អ្នកដទៃទៀត។
- យើងក៏អាចរៀបចំកថាខណ្ឌខ្លីមួយតាមលំនាំសារមន្ទីរនេះដើម្បីពន្យល់ពីសាវតា និងប្រវត្តិរបស់វិទ្យាស្ថានគរុកោសល្យតាំងពីដើមរហូតដល់បច្ចុប្បន្ន។
- តាមរយៈដំណើរទស្សនកិច្ចនេះ យើងយល់ឃើញថា វាមានសារៈសំខាន់សម្រាប់គ្រូឧទ្ទេសទាំងអស់ ព្រោះវាធ្វើឱ្យយើងបានស្គាល់ និងសិក្សាអំពីប្រវត្តិសាស្ត្រ ការអភិវឌ្ឍនៃរូបិយប័ណ្ណខ្មែរតាំងពីសម័យហ្វូណាន។ លើសពីនេះ តាមរយៈវិស័យនេះ សិក្ខាកាមមានឱកាសពង្រឹងមិត្តភាព ធ្វើការងារជាក្រុម និងចែករំលែកបទពិសោធន៍ដល់គ្នាទៅវិញទៅមក។ ជាចុងក្រោយ យើងទាំងអស់គ្នាជាគ្រូឧទ្ទេស សូមថ្លែងអំណរគុណដល់មូលនិធិនីបប៉ុនតាមរយៈសាកលវិទ្យាល័យ គូកូ ហ្គាតឺហ្គេក្នុងការរៀបចំដំណើរទស្សនកិច្ចដ៏មានអត្ថន័យនេះ។



ឯកសណ្ឋានថ្មីរបស់គម្រោង

គម្រោងសុខភាពសិក្សាបានបញ្ចេញនូវឯកសណ្ឋានថ្មីហើយ។ យើងចាប់ផ្តើមពាក់ឯកសណ្ឋានថ្មីពីពេលបន្ថែមទៀតចាប់តាំងពី វគ្គបណ្តុះបណ្តាលទីប្រាំមួយនេះ។ យើងគិតថាឯកសណ្ឋានមានសារៈសំខាន់ក្នុងការផ្សារភ្ជាប់គំនិតទៅរកការសម្រេចគោលដៅរបស់គម្រោងប្រកបដោយភាពជោគជ័យ។ ពណ៌ខៀវ និងពណ៌ផ្ទៃមេឃតំណាងឱ្យធម្មជាតិនៅលើផែនដីយើងក៏ដូចជា សមុទ្រ ទន្លេ និងមេឃ ពីព្រោះគម្រោងសុខភាពសិក្សាសម្រាប់កុមារកម្ពុជា (SHCC) មានបញ្ញត្តិស្តីពីអេកូសុខភាពដែលបង្ហាញពីទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធរវាងសុខភាពមនុស្សនិងបរិស្ថានធម្មជាតិ។





អ្នកចូលរួមសហការក្នុងគម្រោង



សូសល ខមភើស (Social Compass) គឺជាស្ថាប័នអ្នកចនា និងសិល្បករដែលស្វែងរកការដោះស្រាយបញ្ហាសង្គមតាមរយៈអំណាចនៃសិល្បៈ។ ពួកគេជាវិចិត្រករដែលគួរគំនូរចម្លែកៗនៅក្នុងសៀវភៅសិក្សាគោលសុខភាពសិក្សា គម្របមុខនៃសិក្សា និង និមិត្តសញ្ញាគម្រោងសុខភាពសិក្សារបស់យើង។ Social Compass មិនមែនជាស្ថាប័នខ្នាតធំនោះទេ ប៉ុន្តែប្រកបដោយក្រុមការងារដ៏ប្រសើរដែលបានផលិតនូវស្នាដៃមានគុណភាពខ្ពស់ជាច្រើនរួមមកហើយ។ កាលពីពេលថ្មីៗនេះ លោកនាយកណាកាមីរ៉ា បានបោះពុម្ពសៀវភៅរូបភាពកុមារក្រោមប្រធានបទ គោលដៅអភិវឌ្ឍន៍ប្រកបដោយចីរភាព (SDGs) នៅប្រទេសកម្ពុជា។

◀ គម្របសៀវភៅសិក្សាសម្រាប់វគ្គសិក្សាមតិបឋមសិក្សា



◀ សៀវភៅរូបភាពអំពីពាក្យ “អរគុណ”



លោក ណាកាមីរ៉ា ហ៊ុជិតាកា
ជាមួយក្រុមការងារសូសល ខមភើស
(Social Compass)

សៀវភៅរូបភាព អង្គវដ្ត តួអង្គប្រាសាទអង្គវត្ត និងបេតិកភណ្ឌពិភពលោកនឹងបង្រៀនយើងពីរបៀបនិយាយពាក្យ “អរគុណ” ជុំវិញពិភពលោក ស្របតាមគោលដៅអភិវឌ្ឍន៍ប្រកបដោយចីរភាព (SDGs)។ សម្រាប់អ្នកដែលមានចំណាប់អារម្មណ៍អាចស្វែងរកបានដោយឥតគិតថ្លៃ។

(លោក ណាកាមីរ៉ា ហ៊ុជិតាកា, ស្ថាបនិកនៃសូសល ខមភើស)



និស្សិតគាំទ្រគម្រោង



ហាវ៉ា អាយី និស្សិតឆ្នាំទី១

ខ្ញុំចូលរួមក្នុងគម្រោងនេះក្នុងគោលបំណងចង់ស្វែងយល់អំពី វប្បធម៌ របៀបផ្សេងៗនៃការគិត និងប្រធានបទសុខភាពសិក្សា។ ខ្ញុំទន្ទឹងរង់ចាំពេលវេលាជួបគ្នាដោយផ្ទាល់ ហើយនឹងធ្វើការរួមជាមួយគ្នា។



ថាណាកា មិយ៉ី និស្សិតឆ្នាំទី១

ខ្ញុំមិនធ្លាប់មានបទពិសោធន៍ទៅក្រៅប្រទេសនោះទេ ហើយខ្ញុំពិតជាចង់ទៅណាស់។ ខ្ញុំចូលរួមក្នុងគម្រោងនេះដោយសារតែខ្ញុំចង់ស្គាល់ពីពិភពលោកខាងក្រៅផ្សេងពីប្រទេសជប៉ុន។ ខ្ញុំសង្ឃឹមថាថ្ងៃមួយនោះនឹងមកដល់ ហើយខ្ញុំនឹងអាចទៅលេងប្រទេសកម្ពុជាបាន។



ថាដា កាអូរី និស្សិតឆ្នាំទី៣

ខ្ញុំរៀនយុទ្ធនៅសាកលវិទ្យាល័យ។ យុទ្ធជាដ៏ទាបាញ់ធ្លាក់ជាប្រពៃណីជប៉ុនដែលមានការប្រើធ្នូ និងព្រួញ។ ខ្ញុំចូលរួមក្នុងគម្រោងនេះ ដោយសារតែខ្ញុំមានចំណាប់អារម្មណ៍លើវប្បធម៌ និងវិស័យអប់រំនៅក្រៅប្រទេសជប៉ុន។ ខ្ញុំចង់ស្វែងយល់បន្ថែមពីប្រទេសកម្ពុជា ហើយពិតជាចង់ទៅប្រទេសកម្ពុជានៅថ្ងៃណាមួយ។

សារពីសាស្ត្រាចារ្យ អាសាគីរ៉ា តាកាស៊ី

ទីបំផុត មុខវិជ្ជាសុខភាពសិក្សានឹងចាប់ផ្តើមបង្រៀននៅខែមេសានេះហើយ សម្រាប់ គុនិស្សិតឆ្នាំទី៤ វគ្គសិក្សាសម្រាប់គ្រូបង្រៀននៅកម្រិតបឋមសិក្សា នៅវិទ្យាស្ថានគុរុកោសល្យ ភ្នំពេញ (PTEC) និងវិទ្យាស្ថានគុរុកោសល្យបាត់ដំបង (BTEC)។ បញ្ហាប្រឈមក្នុងការដាក់ឱ្យ មានការអប់រំសុខភាពសិក្សា សម្រាប់គុនិស្សិតទាំងអស់ដែលនឹងក្លាយជាគ្រូបង្រៀននៅកម្រិត បឋមសិក្សានោះ គឺការផ្តួចផ្តើមថ្មីមួយដែលមិនធ្លាប់មានពីមុនមកនៅក្នុងពិភពលោក។ វានៅមិន ទាន់មានការស្គាល់ទូលំទូលាយនៅឡើយ សូម្បីតែនៅក្នុងប្រទេសជប៉ុន។ ប្រទេសកម្ពុជានឹងក្លាយ ជាប្រទេសដំបូងគេក្នុងពិភពលោកដែលធានានូវសុខភាព និងការអប់រំសម្រាប់កុមារគ្រប់រូប។

ការអប់រំសុខភាពនៅតាមសាលារៀនមិនកម្រិតត្រឹមការអប់រំផ្លូវភេទ ការអប់រំអំពីគ្រឿង ញៀន ការពិនិត្យសុខភាព និងការសង្គ្រោះបឋមប៉ុណ្ណោះទេ។ ការអប់រំសុខភាពគឺជាការអប់រំ សម្រាប់ស្រាវជ្រាវពីរបៀបរស់នៅប្រកបដោយសុខភាពល្អ និងបង្កើតសង្គមប្រកបដោយសុវត្ថិភាព និងសុខសន្តិភាព។ លើសពីនេះទៀត វាជាការអប់រំដែលផ្តល់ឱ្យកុមារស្គាល់ពីគុណតម្លៃជាមនុស្ស (ការមានចិត្តមេត្តា ការថែរក្សាគ្នា និងសេចក្តីថ្លៃថ្នូរ) ។

វាគ្មានចម្លើយប្រាកដត្រឹមត្រូវតែមួយគត់នោះទេ ពោលគឺចម្លើយត្រឹមត្រូវអាចមានផ្សេងៗគ្នាជាច្រើន។ ដូច្នេះគឺការអប់រំសុខភាព នៅតាមសាលារៀននេះហើយ ដែលលោកគ្រូអ្នកគ្រូ និងសិស្សបានធ្វើការសិក្សារៀនសូត្រជាមួយគ្នាតាមរយៈការផ្លាស់ប្តូរយោបល់រវាងគ្នា ច្រើនជាងការបង្រៀនដោយផ្អែកលើការដឹកនាំរបស់គ្រូតែម្នាក់។ យើងគួរនាំគ្នាផ្សព្វផ្សាយសារនេះទៅកាន់គុនិស្សិតទាំងនៅរាជធានីភ្នំពេញ និងខេត្តបាត់ដំបង។

មកទល់ពេលនេះ ខ្ញុំបានធ្វើការបណ្តុះបណ្តាលសុខភាពសិក្សាសឹងតែពាក់កណ្តាលនៃសៀវភៅសិក្សាគោលទៅហើយ ប៉ុន្តែវានៅតែ មិនគ្រប់គ្រាន់នៅឡើយ។ សមត្ថភាពនៃគ្រូឧទ្ទេសនៅតែត្រូវការបន្តអភិវឌ្ឍបន្ថែមទៀត។ ភាពជោគជ័យជម្នះនឹងបញ្ហាប្រឈមទាំងនេះនឹងធ្វើ ឱ្យប្រទេសកម្ពុជាក្លាយជាប្រទេសគំរូសម្រាប់ប្រទេសនានាប្រចាំតំបន់អាស៊ី។ ក្នុងគោលដៅនេះ យើងនឹងបន្តធ្វើការងារ ហើយនិងរៀបចំមេ រៀនល្អៗទាំងអស់គ្នា។ តោះ! យើងបន្តការសិក្សាទាំងអស់គ្នាទៅទៀត!

សុខភាពផ្លូវចិត្តរបស់យុវជន

សិហ្សិតិ ហារីកា

ប្រធានបទមួយក្នុងចំណោមប្រធានបទសម្រាប់ការបណ្តុះបណ្តាលលើកទី៦ គឺ "សុខភាពផ្លូវចិត្ត" ហើយយើងបានពិភាក្សាអំពីពេល ដែលនិស្សិតកម្ពុជាមានអារម្មណ៍តានតឹង។ ខ្ញុំបានរកឃើញការស្ទង់មតិដ៏គួរឱ្យចាប់អារម្មណ៍មួយស្តីពីភាពតានតឹងរបស់យុវជនជប៉ុន (អាយុ ១៧-១៩ ឆ្នាំ) ក្នុងអំឡុងពេលជំងឺរាតត្បាតដែលត្រូវបានធ្វើឡើងដោយមូលនិធិនីប៉ុនក្នុងឆ្នាំ ២០២១។ យោងតាមលទ្ធផល អ្នកឆ្លើយសំណួរចំនួន 50.4% បាននិយាយថា ពួកគេមានអារម្មណ៍ត្រូវបានឃុំឱ្យនៅមួយកន្លែងក្នុងអំឡុងពេលជំងឺរាតត្បាត ហើយពួកគេ បានជួបប្រទះនឹងបញ្ហាដូចខាងក្រោមនេះ៖ "ពួកគេមិនអាចចំណាយពេលទំនេរដូចដែលពួកគេចូលចិត្តនោះទេ" "ជីវិតនៅសាលារបស់ ពួកគេខុសពីធម្មតា" និង "ពិបាកក្នុងការជួបជុំជាមួយនឹងគ្រួសារ ក៏ដូចជាមិត្តប្រុស/មិត្តស្រី និងមិត្តភក្តិដែលរស់នៅឆ្ងាយ"។ ភាគច្រើននៃ អ្នកឆ្លើយសំណួរដែលបានជួបប្រទះបញ្ហាទាំងនេះមានអារម្មណ៍តានតឹង (តារាងទី 1)។

តារាងទី 1 ៖ បញ្ហាដែលពួកគេបានជួបប្រទះអំឡុងពេលជំងឺរាតត្បាត

	បានឆ្លងកាត់បញ្ហានេះ អារម្មណ៍តានតឹង	
ពួកគេមិនអាចចំណាយពេលទំនេរដូចដែលពួកគេចូលចិត្តនោះទេ	៤៨,៣%	៩១,៩%
ជីវិតនៅសាលារបស់ពួកគេខុសពីធម្មតា	៤២,៨%	៧១,៣%
ពិបាកក្នុងការជួបជុំជាមួយនឹងគ្រួសារ ក៏ដូចជាមិត្តប្រុស/មិត្តស្រី និងមិត្តភក្តិដែលរស់នៅឆ្ងាយ	៣២,៦%	៨៨,៧%

Source: Awareness Survey of 18 year-olds -Coronavirus and Stress
<https://www.nippon-foundation.or.jp/en/news/articles/2021/20210325-55959.html>



សិហ្សិតិ ហារីកា
 អ្នកសម្របសម្រួលគម្រោង
 ការិយាល័យ SHCC,
 ប្រទេសជប៉ុន

ខ្ញុំសូមជូនដំណឹងដល់អ្នកទាំងអស់គ្នាថា ខ្ញុំនឹងចាកចេញពីសាកលវិទ្យាល័យ តូក្យូ ហ្គាគីហ្គេ ហើយ។ ខ្ញុំគ្មានឱកាសគ្រប់គ្រាន់ដើម្បីមកប្រទេសកម្ពុជាទេ ដោយសារជំងឺរាតត្បាតចាប់តាំងពីដំណើរទស្សនកិច្ចចុង ក្រោយក្នុងខែមីនា ឆ្នាំ២០២០ មក។ តាមពិតទៅ ខ្ញុំចង់សន្ទនាជាមួយគ្រូឧទ្ទេសដោយផ្ទាល់ និងស្វែងយល់ បន្ថែមអំពីប្រទេសកម្ពុជា។ ទោះយ៉ាងណាក៏ដោយ ខ្ញុំអាចមើលឃើញ និងទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នកទាំងអស់ គ្នាតាម រយៈការប្រជុំ និងការបណ្តុះបណ្តាលតាមប្រព័ន្ធអ៊ីនធឺណិត។ អំឡុងពេល ២ឆ្នាំនេះគឺជាការចងចាំ ដ៏ពិសេសរបស់ខ្ញុំ។ ខ្ញុំពិតជាវិភាគយល់ដឹងដែលបានធ្វើការជាមួយអ្នកទាំងអស់គ្នា។ ជាចុងក្រោយ ខ្ញុំសូម គោរពចំពោះអាកប្បកិរិយាស្មោះត្រង់ និងចំណាប់អារម្មណ៍របស់អ្នកទាំងអស់គ្នាចំពោះការរៀនពីអ្វីដែល ថ្មីៗ។ ខ្ញុំសង្ឃឹមថាគម្រោងនេះ និងសុខភាពសិក្សានៅកម្ពុជាមានដំណើរការល្អ! អរគុណច្រើន។