

Oasis



2021年12月
北池田中学校 保健だより
養護教諭 岡崎

本格的な寒さがやってきました。早いもので2021年も残すところあと1ヶ月です。今年はどうな年でしたか？私は、最近生徒の話を保健室で聴き、「すっきりしたー！先生ありがとう！」と言われたことがとても嬉しい出来事でした。みなさんの日常のちょっとした嬉しい出来事も教えてくださいね。

★保健行事★
脊柱側彎症検診（2次）…12月6日（月）
8時40分に体操服で保健室集合（該当者のみ）

日本スポーツ振興センターについて

4月に配布しましたが、学校での怪我（登下校時を含む）についてお知らせします。学校管理下（クラブ活動も含む）で怪我をした際、後日でも医療機関を受診された場合は、日本スポーツ振興センターから給付金が出ます。この保険は、生活保護家庭以外全員加入しています。支払った金額（子ども医療を使用した場合、1回500円）プラス保険診療点数の1割がお見舞金として支給されます。なので、学校での怪我で後日受診した場合や、冬休みなどの長期休みのクラブ活動中での怪我で病院を受診した場合は、養護教諭岡崎までお知らせください。申請に必要な書類をお渡しします。なお、申請期限は怪我が起こった日から2年間です。何か不明な点があれば、気軽にお問い合わせください。よろしくお願ひいたします。

インフルエンザ、COVID-19を予防するには…

- ・予防接種を受ける。
- ・栄養と睡眠を十分にとる。
- ・人ごみを避ける。
- ・適度な温度、湿度を保つ。
- ・マスクを着用する。
- ・手洗いとうがいをする。
- ・十分な換気。
- ・運動をして体力をつける。



すすめられても
お酒・タバコは絶対



みなさんも12月1日のこの機会にエイズについて、一緒に考えてみましょう。

○エイズの原因は？

HIV（ヒト免疫不全ウイルス）というウイルスによって感染します。

○エイズの感染経路は？

血液、性行為、母子感染のみです。

○エイズに感染するとどうなるの？

はじめは風邪のような症状がでる時があります。そして、HIV抗体が陽性になり、数年から数十年してエイズが発症します。免疫能力がないため、少しの風邪でも重症化し、ARC（エイズ関連症候群）と呼ばれるさまざまな病気にかかり、治療をしないしていると、最後には死んでしまうことがあります。

しかし、最近では医療が発達し、早期に発見し服薬治療を行うと、健康な人と変わらない生活ができるようになり、結婚・出産も可能となっています。きちんと検査をし、早期発見・早期治療が重要になっています。

みなさん、エイズについて少しは理解できたでしょうか？以前日本では、血液製剤による感染が、圧倒的多数をしめていました。しかし最近では、若者の性行為による感染が増えてきているようです。なお、検査は保健所で無料・匿名でできるので、1回でも性交渉の経験がある人は受けることが望ましいです。

HIVは、感染力も弱く、感染経路も限られており、日常生活では感染する心配はありません。

HIV/AIDSを自分自身の問題としてとらえ、今のうちから正しい知識を持って予防と理解に向けて歩いていって欲しいと思います。

今年の保健室は、コロナ過の影響なのか大きなけがや病氣、精神的な不調を訴える生徒が、例年より多かったように思います。そんな中でも生徒や保護者の方のお力添えのおかげで、保健室経営がうまくできていたように感じます。ありがとうございました。
2022年も生徒一人一人の話をよく聴いて、向き合っていきたいです。何かございましたらいつでも保健室までご相談に来てください。至らない点もあったかと思いますが、来年もどうぞよろしくお願いいたします。 岡崎聖子

