



12月のほけんもくひょう

ふゆ けんこう 冬を健康にすごそう

令和4年度のテーマ

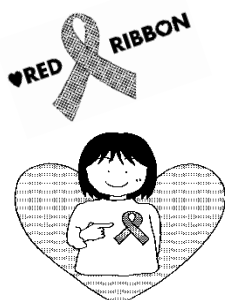
「この町で暮らしている。私もあなたも。12/1 は世界エイズデー」
 まち く わたし せ かい
 きょういくげっかん

もう一度、一緒に考えよう

12月1日～24日は、エイズ教育月間です

12月1日は、「世界エイズデー」です。エイズデーとは「エイズを知り、エイズになった人への差別や偏見をなくすことを願う日」です。

エイズ教育月間には、各学級で特設授業を実施し、人権について考える機会とします。自分自身を大切にし、病気に苦しむ世界中の人々に対して、優しい心遣いができる北丘っ子でありますように。



『エイズ』って、どんな病気？



わたしたちには、いろいろな病気から守る、からだのしくみがあります。

それを「めんえき」といいます。

エイズは、このめんえきのしくみがHIVというウイルスによってこわされる病気です。そのため、ふだんは自然になる病気にも勝てなくなり、からだがかたがた弱くなってしまい、命にかかわる病気です。

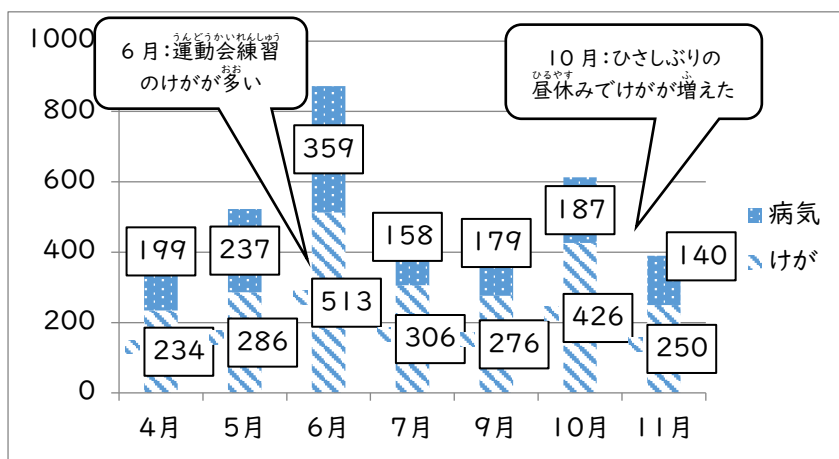
エイズは、人から人へうつる病気で世界中に広がっています。

ほけんしつのようにす(4/7～11/22)



8ヶ月間に、保健室で手当てを受けた人の数は、のべ 3750 人 でした。(去年と比べ387人増えました)

全校931人でわると、1人につき 平均4.0ほど保健室で手当てをうけたことになります。(保健室登校除く)



□1日平均の来室者数は、月によりばらつきもありますが、平均して27人でした。

□本校では11/22現在まででいませんが、他校ではインフルエンザの発生があるようです。コロナとインフルのダブル流行も懸念されるため、引き続き検温シートによる毎日の健康観察をお願いいたします。





インフルエンザ出席停止早見表

最低でも5日間は
お休みということになります。

インフルエンザについては、学校保健安全法施行規則第19条第2項の規定により、

「発症した後5日を経過し、かつ、解熱後2日（幼児は3日）を経過するまで」出席停止となります。

解熱したのがいつなのかによって出席停止の期間が異なるため、迷った場合は保健室までお問い合わせ下さい。

最低基準	発症した後5日を経過	発症日（発症当日0日）	発症後1日目	発症後2日目	発症後3日目	発症後4日目	発症後5日目	発症した後5日を経過した後		
例1	発症後1日目に解熱した場合	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目					
		出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能		
例2	発症後2日目に解熱した場合	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目				
		出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能		
例3	発症後3日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目			
		出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能		
例4	発症後4日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目		
		出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能	
例5	発症後5日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	
		出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能

首を温める

えりの部分から
冷たい空気が
入ってきます。
マフラーなどで
ふたをしましょう。



首や手首、足首には大きな血管が
通っているので、そこをあたためることによって、血液があたたまります。
また、体温であたためられた体のまわりのあたかい空気を逃がさないことも大切です。

手首を温める

そでのつまった服を着て、長めの手袋や
ハンドウォーマーをつけるといいですね。

足首を温める

厚手の靴下、レッグ
ウォーマーをつける。
ふくらはぎをあためるのも効果的です。

冬でも換気をしています。寒い人はジャンパー等の羽織り物をもってきてね☆