ほけんだより

12月号
登米総合産業高校
保健室

今年も新型コロナウイルス感染症の影響を受け、学校行事が縮小されたり、楽しみにしていた修学旅行が延期になったりしました。

もう少し我慢の時期が続きますが、大切な人を守るため、1 人ひとりが感染予防を意識して過ごしましょう。



コロナウイルスだけじゃない、冬の感染症対策を！

昨年はみんなが新型コロナウイルス感染症の対策を意識して過ごしたことにより、本校でインフルエンザの流行は見られませんでした。マスク着用や手指消毒の効果を実感した冬だったと思います。

今年もインフルエンザや感染性胃腸炎が流行しやすい時期になりました。それぞれ予防対策が違うので、注意して過ごしましょう！

インフルエンザ

【症状】 発熱・頭痛・関節痛・筋肉痛など

【予防】 うがい・手洗い・マスク着用
手指消毒（アルコール）が有効

感染性胃腸炎（ノロウイルス）

【症状】 吐き気・おう吐・下痢・腹痛など

【予防】 うがい・手洗いが有効

※吐物の消毒は塩素系消毒液で行う（ハイター等）

↑どちらにも共通する「手洗い」↗

ノロウイルスをはじめ、胃腸炎の原因となるウイルスの多くは「アルコール消毒が効きにくい」という特性があります。

そこで有効なのが手洗いです！

手指消毒が身近になった一方で、手洗いがおろそかになっていませんか？

この冬は意識して手を洗いましょう！



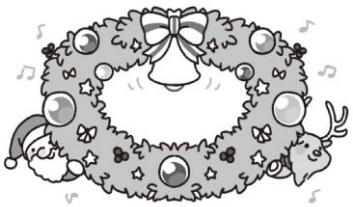
保健室からのお知らせ

12月22日（水）から養護教諭　及川が産休に入ります。

しばらくの間、保健室は浅野先生1人で対応することになりますので、生徒のみなさんのご理解・ご協力をお願いします。



保健室利用状況(11月)について



※10月の利用者は287名(男:104名／女183名)

11月の利用者は
175名でした。

11月は10月より112名減少しました。考査前や考査期間中は利用者が減る傾向にあります。
考査が終わっても、次の目標に向けて取り組みましょう！

	1年		2年		3年		全校		
	男	女	男	女	男	女	男	女	計
内科	6	19	16	13	28	46	50	78	128
外科	2	1	12	5	4	16	18	22	40
相談他	1	0	0	0	0	6	1	6	7
計	9	20	28	18	32	68	69	106	175

スクールカウンセリングについて



12月・1月のカウンセラー来校日

【日にち】 12月22日(水)
1 月19日(水) ・ 26日(水)

【時　間】 3校時 ～ 6校時

カウンセリングは予約制です。希望する人は、担任の先生、SC 担当の穴澤先生(福祉科の先生です)または保健室まで申し出てください。



SNS の「ルール違反」 大丈夫？

気軽な気持ちで書き込んだことが大きなトラブルになることも･･･。

- × 悪口や差別的な内容は書かない
- × 知り合いのアドレスや個人情報を書かない
- × 雑誌や書籍の写真・イラストの無断使用はしない
- × 他人の書き込みを“あおる”ようなことはしない
- × 根拠のない「うわさ話」をしない
- × 人が写っている写真や動画を無断でアップロードしない



公開範囲を設定しても
拡散されるリスクは
無くなりません！

スマホを使う時間が増える冬休み。使い方には十分注意しましょう！

＜冬休みの過ごし方＞

＊ 夜更かしや朝寝坊をしない！

＊ 健康診断で再検査・治療が必要だった人は冬休みを利用して受診しましょう！
→受診した場合は結果を保健室に報告してください。

