

ほけんだより 12月



新居浜小学校
保健室



かぜ・インフルエンザ対策をしよう!

かぜ・インフルエンザの流行は



朝の健康チェックを!




咳やのどの痛みを訴えたり、「普段と異なる症状があるな・・・」と感じた時は、登校前に必ず検温をして登校させてください。

また、「前日に高熱が出た」「微熱がある」などの体調がすぐれない時は、無理をせずに自宅で休養させてください。

インフルエンザの感染経路3つを知って予防しよう


飛沫感染 感染している人のくしゃみやせきで飛び出たウイルスを吸い込む

予防法 **マスクをする**




接触感染 ウイルスのついたものをさわった手で、自分の口や鼻、目などをさわる

予防法 **手をしっかり洗う**



空気感染 空気中にふわふわ浮いているウイルスを吸い込む

予防法 **換気をする**



12月1日は「世界エイズデー」

UPDATE! エイズ治療のこと HIV検査のこと

HIV/エイズに関する取り組みは、大きな転換期となっています。HIVに感染してもいち早く治療を開始すれば、エイズの発症を防ぎ、また体内のウイルス量が減少するために、他の人への感染リスクが大きく低下することも確認されています。つまりHIVに感染しても、感染していない人と同等の生活が期待できるようになりました。

けれどそうした変化が、正確な情報として十分に伝わっているとは言えません。いまだ「治療法がなく」「死に至る」病気だという認識の人もあります。進歩するエイズ治療の現在とHIV検査の重要性を伝えるには、知識のUPDATE(更新)が必要です。それがHIV検査のいち早い受検につながり、エイズの蔓延を防ぎます。

