

保健だより

知多中学校
保健室

平成22年
9月28日

二学期が始まって猛暑が続き、いつになったら涼しくなるのかな？と思っていましたが、「秋分の日」が近づくと学校の「彼岸花」が咲き、ようやく秋がやってきました。朝夕涼しくなり、日中との気温差があり、体調を崩していませんか？

昨年の今頃は、「新型インフルエンザ」を心配していました。本校も、10月の新人戦後に「インフルエンザ」で欠席する生徒が多くなり、学級閉鎖・学年閉鎖・そして学校閉鎖もしました。

今年は、今から「インフルエンザ」の予防をし、元気に過ごしてほしいです。

今週は、テストもあります。そして1・2年生は、「新人戦」もあります。体調を整えましょう。

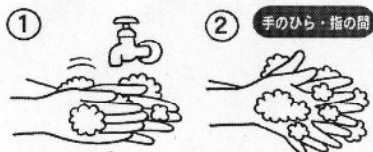
実行しましょう！

個人でできる対策



込み合った場所、屋内や乗り物などの換気が不十分で閉鎖的な場所では着用するようにしましょう。

手洗いもしっかりと



手をぬらして石けんを泡立てます。 手を組むように指の間もていねいに。

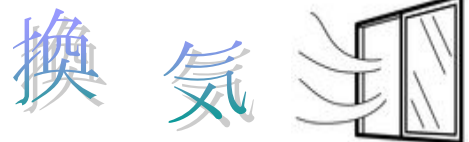


手のひらをひかくように洗います。 手の甲・手首をよく洗います。



水でよく洗い流します。 きれいなタオル・ハンカチでふきとります

石けんを使って最低でも15秒以上かけて行いましょう。



朝、登校した時に教室の窓は開いていますか？

2時限終了後の放課と清掃時と昼放課は必ず窓を開けて空気の入替えをしましょう。

体調不良を訴えて早退させる時、保護者の方の勤務先が変わっていたり、携帯番号を知らなかったりして、連絡がつかないことがありました。

少しでも早くご家庭に帰して、休養をしたり通院したりして頂く為に、子供さんに**緊急連絡先を必ず教えておく**とともに、担任にもお知らせ下さい。



先日、保健室前を歩いていた3年生のこんな声が聞こえてきました。

「あ！掲示物が変わった。今度は、突き指と目にも起こる紫外線だって・・・」
あ～ 見てくれていたんだ、と嬉しくなりました。今まで掲示物を替えてこんな言葉を耳にすることはありませんでした。

今年は、昇降口にも保健に関する掲示物が張ってあります。見てくださいね。次回は、どんな掲示物になるか？楽しみにしていて下さい。

