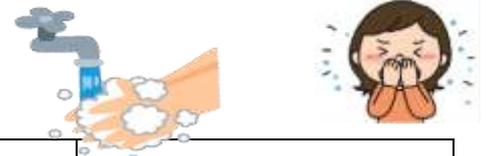


気温もぐっと下がり、空気も乾燥していますね。細菌やウイルスが増加する環境です。今年はインフルエンザが流行しています。3年生は受験を控えていて、1・2年生はテスト勉強に頑張る時期でもあります。とても大切な時期に感染症にならないために登校後や帰宅後は、手洗い・うがいを、体調管理に努めてください。

さまざまな感染症に注意!!



主な感染症	感染から発症まで	症状	感染経路
マイコプラズマ肺炎 (14歳以下がかかりやすい)	2~3週間	長引く咳(1~4週間)、熱、だるさ、頭痛、肺炎像(レントゲン)	くしゃみや咳からの飛沫感染 ドアノブなど接触感染 濃厚接触
コロナウイルス感染症	2~7日間	熱、悪寒、だるさ、咳、頭痛、のど痛、下痢	くしゃみや咳からの飛沫感染 ドアノブなど接触感染 濃厚接触
インフルエンザ	1~3日間	38度以上の高熱 頭痛、だるさ、関節痛	くしゃみや咳からの飛沫感染 ドアノブなど接触感染 濃厚接触
感染性胃腸炎	24時間~48時間	腹痛、下痢、嘔吐、熱	汚染された食品や便、吐しゃ物に接触した手を介して感染 する接触感染、空気感染

基本の感染対策を!!



感染症、うつらない、うつさない。
カッコいい中学生になろう!

- まず、こまめな手洗いやアルコール消毒で細菌やウイルスなどがついた手で口や鼻をさわって感染する「接触感染」を防ぎます。
- 人混みに行ったり、体調が悪かったりするときには、マスクを付けます。鼻からあごまでをしっかりとおおうように、正しくつけるようにしましょう。
- 咳や会話で口から出る小さな水滴「飛沫」でも、他の人にうつります。空気が乾燥する冬は、細菌やウイルスの周りについて水分が蒸発しやすくなり、空中をただよう時間が長くなります。寒くても窓を開けてしっかりと換気をするようにします。のどが乾燥しないようにこまめに水分を補給しましょう。
- バランスの良い食事で栄養をとったり、きちんと睡眠をとったりして、体の調子を整えるようにします。
- 決められた出席停止期間を守ります。



がつ 10月15日に「性と生の学習会」が開かれました



生徒の感想より

- 命の大切さを学びました。自分の体のことやパーソナルスペースのことを学んで良かった。
- プライベートゾーンはだいたい自分以外にみせてはいけないことがわかった。
- これから大人になるにつれて約束を守ろうと思った。
- 大変な思いで産んでくれて、自分は大切な存在だと思った。

がつ 10月31日に2年生対象に薬物乱用防止教室が開かれました



生徒の感想より

- たばこや薬について害や依存症になることを知って、大変勉強になった。
- たばこは受動喫煙の方が有害物質が多く出ることを知った。
- 薬物を乱用することで将来、病気になった時に効く薬がなくなることがわかった。
- 悩みや不安から逃れたいとオーバードーズ。ひとりで悩まないで相談することが大切なことがわかった。

かなざわししかいしかいしゅさい
金沢市歯科医師会主催

「第25回いい歯大好き!!学校審査会」

企画部門で最優秀賞。

標語部門で1年伊藤亜胡さん 2年野村

瞬介さん 3年小野珠季さんが優秀賞。

これからも一生使う歯を大切に!



2024年11月7日 北國新聞に掲載されました