

ほけんだより 12月

令和6年12月
江南中学校
保健室 川本

早いもので今年も残りわずかとなりました。2024年とはどんな1年だったでしょうか。今年1年を振り返り、来年の目標を立てて、来年も心も体も健康に過ごせるといいですね。

修学旅行などの大きな行事や受験も控えています。手洗い、うがい、マスクなどを使用するなど、感染経路を遮断したり、栄養バランスのとれた食事や、規則正しい生活をしたりして、感染症を予防しましょう！

保護者の方へ

～インフルエンザ、新型コロナの出席停止期間について～

インフルエンザにかかった場合は**発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで**、新型コロナウイルス感染症にかかった場合は**発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまでは出席停止になります。**



インフルエンザの場合 (例：3日目に解熱した場合、4日目に解熱した場合)

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
3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	登校OK	
4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	登校OK

新型コロナの場合 (例：4日目に症状が軽快した場合、5日目に症状が軽快した場合)

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
4日目に症状が軽快した場合		有症状			症状軽快	症状軽快後1日目	登校OK	
5日目に症状が軽快した場合		有症状				症状軽快	症状軽快後1日目	登校OK

飲酒・喫煙・薬物乱用教室を行いました



11月6日2時間目2年生、3時間目1年生を対象に、学校薬剤師の棚谷桂子先生を講師にお迎えし、クイズなども交えながら、薬の飲み方、たばこ、飲酒、薬物についての講演会を行っていただきました。真剣に講話を聞き、皆さんからたくさん質問も出ました。下記に感想を載せます。

1年生

- ・お酒はノンアルコールだったら子どもも飲んでいいと思っていたから、はじめて知ったことがたくさんあった。子どものうちにお酒をのむとアルコール依存症になるし、飲みすぎると体にも影響がでるから、子どものうちは絶対に飲まない。
- ・タバコは吸っている張本人はフィルターを通して吸っているから有害さは減るけど、周りの吸っていない人に被害がより多く影響するのが許せなかった。

2年生

- ・熊本でも薬物の事件が起きているので他人事ではない。と思いながら聞いていました。薬は便利なものでもあるし、危険でもあるんだなと思いました。誘われたとしても、きっぱり断る勇気がないとだめだなと思います。
- ・ノンアルでも2本や3本飲むとアルコール1パーセント以上になるのかもしれないということを初めて知ったので、父や母にも教えてあげたいなと思いました。自分には関係ないと感じていたけど将来につながり、危なくならないように気を付けたいです。

