

保健だより



藤岡中学校

保健室

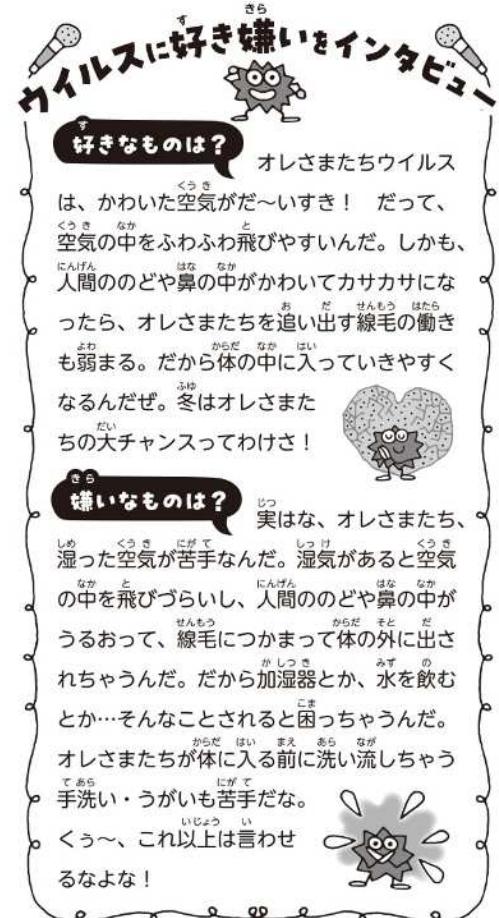
R 7. 12

冬休みあと少し、4月から12月まであつという間でしたね。楽しい冬休みを過ごし、新しい年を迎るために、感染症予防を心がけましょう。大事なことは手洗い・うがい・換気です。まずは、帰宅したら手を洗う習慣を身に付けましょう。



冬に流行しやすい 感染症

インフルエンザ	ノロウイルス	新型コロナウイルス
特徴	特徴	特徴
通常の風邪と比べて、急激に強い症状が現れる。	感染力が非常に強く、感染者の排泄物やおう吐物などからも感染する。	風邪のような軽い症状から、強い発熱や呼吸器症状まで幅広い。
潜伏期間	潜伏期間	潜伏期間
1~3日	1~2日	2~4日程度
症状	症状	症状
38度以上の高熱、頭痛、関節痛、咳、鼻水、倦怠感、悪寒など	吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽度の発熱など	咳、のどの痛み、37.5度以上の発熱、倦怠感、味覚障害など



12月2日、1年生が薬物乱用防止教室を行いました。薬物乱用とはなにか、薬の正しい使用方法について、学校薬剤師の田中聖仁先生から教えていただき、飲み物と薬の組み合わせによる作用を、実験を交えながら学びました。

生徒たちは「サプリメントなどでも薬物乱用になることがあると知りました。家族がよく飲んでいるから気を付けてねと教えたいです」「今回の実験で薬と緑茶を合わせると真っ黒になって、ジュースで飲んでも少し味が変わるだけだと思っていたけど見た目にも効果にも変化があり驚きました。これからは水で飲むように気を付けたいです」「薬によって飲む回数が違うのは、薬が体で作用する時間が関係していることが分かりました」などと振り返り、薬の使用について学びを深めることができました。ぜひ、家庭で薬物乱用防止教室で学んだことを話題にしてみてください。

