

ほけんたより 12月

令和5年
12月4日(月)
No.7
辺土名小学校 保健室



がつ ほけんもくひょう 12月の保健目標：「①エイズを^{りかい}理解しよう」
「②かぜを^{よぼう}予防しよう」

いよいよ、冬の到来。気温も下がり、北風ぴゅーぴゅー。のどの痛みや風邪症状での発熱者もちらほら。来週12月8日(金)には校内持久走大会があります！一生懸命練習に励んできたので、最高のコンディションで当日を迎えたいですね♪ 寒さに負けないで～！

その後は25日(月)の2学期終業式、クリスマス、お正月とイベントが待っているのです、2023年ラストを健康安全に締めくくろう。

長かった2学期、たくさん頑張った分、冬休みはたくさん休養し、ゆったり楽しく過ごしてくださいね♪くれぐれも…ゲーム・タブレット三昧の冬休みにならないようにお気をつけください(*_*)



世界エイズデー (World AIDS Day: 12月1日) は、世界レベルでのエイズのまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を目的に、WHO (世界保健機関) が1988年に制定したもので、毎年12月1日を中心に、世界各国でエイズに関する啓発活動が行われています。

“レッドリボン (赤いリボン)” は、世界エイズデーキャンペーンをはじめ、HIV/エイズに関する運動の世界的なシンボルです。エイズに苦しむ人々への理解と支援の意思を示すため、“赤いリボン” をシンボルにした運動が始まりました。エイズデーをきっかけに12月はエイズについて考えてみよう。

エイズのこと、ちゃんと知ってる？

エイズはHIVに感染して発症します

ヒト免疫不全ウイルス

◎ HIVに感染するのは？

- a トイレの便座 b お風呂 c プール
 d つり革 e 手すり f 採血や献血

A どれも感染しません。HIVの感染力はとても弱く、性行為以外の生活の中で感染することは、まずありません。

◎ HIVに感染したらどうなるの？

- a 治療法がないのでエイズを発症して死に至る
 b すぐに治療を始めれば、普通の生活ができる

A 答えはb。薬を続けて飲むだけで、HIVの増殖をコントロールでき、他の人への感染リスクも低下します。

自分で決めよう

朝は _____ 時に起きる

夜は _____ 時に寝る

_____ をがんばる

保健室からのお知らせ

- ① 12月20日(水)3校時 4・6年生対象
薬物乱用防止教室があります！
講師：名護警察署 仲村渠奈美さん
② 年末年始休暇に入る前に、歯科や耳鼻科を受診して治療しておこう！

良いクリスマス
を過ごしてね♪

