

# ほけだより 冬休み号

長浜北星高校  
保健室  
2015.12



冬休みになります！2015年はどんな年でしたか？けがや病気もなく過ごせた人、ちょっと具合が悪かったかなという人、大きなけがをしてしまったという人などなど様々だと思います。

1学期に実施した検査や検診で具合の悪いところが見つかった人は、もう受診しましたか？冬休みを利用して早めに受診し、結果を担当の先生か保健室まで連絡してくださいね。

## 自分の体の健康を守るのは自分自身です！

### 学校での授業や部活中にけがをして受診した人に連絡！

- ★ 日本スポーツ振興センターへ災害給付金を申請できる場合があります。詳しいことは保健室まで聞きに来てください。
- ★ 保健室で申請のための書類を受け取っているけど、まだ提出できていない人は早めをお願いします。申請できるのはけがをしてから2年間です。よろしくお願いします。



## 保健室の利用状況

病気

358人

けが

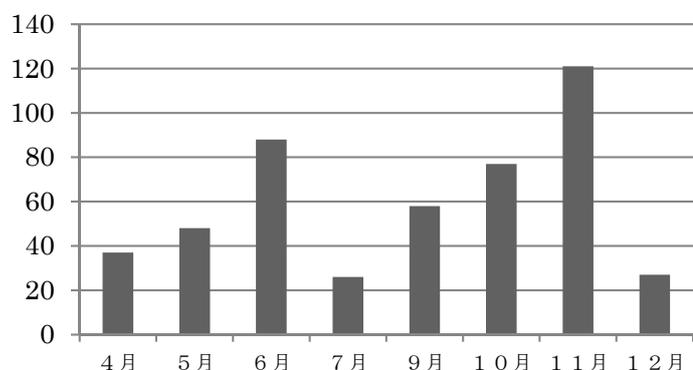
126人

主な来室理由：腹痛・頭痛・吐き気・鼻血・すり傷・打撲等

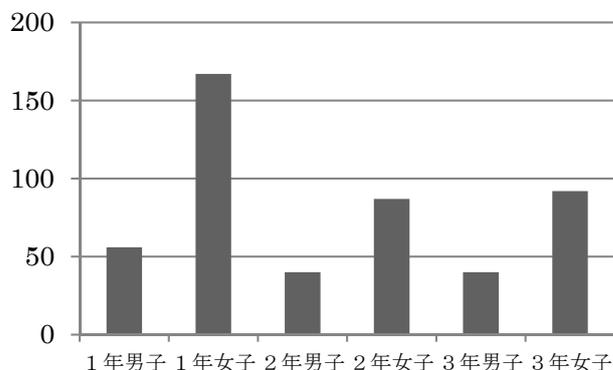
4月から12月までのまとめです。

具合が悪くなった原因で多かったのは「わからない」「睡眠不足」「疲労」で、けがは「不注意」によるものでした。

月別 (のべ人数)



学年・男女別 (のべ人数)



### 学校欠席者情報収集システムを活用したデータ放送の開始について **ぜひご活用ください！！**

インフルエンザ・感染性胃腸炎・溶連菌感染症など、9つの感染症のエリアごとの流行状況を、地上波デジタルテレビのデータ放送で12月1日～平成28年3月末(予定)まで放送されることになりました。滋賀県では読売テレビを視聴している状態でdボタンを押すとメニュー選択により、データを視聴することができます。一部の情報は「子育て応援モバイルサイト」でも見るすることができます。http://www.kosodateouendan.jp/

## ノロウイルス 汚染の処理方法



ウイルスが含まれているおう吐物や便は、感染性胃腸炎の感染源！適切な処理が大切です。

- ①使い捨てのエプロン、マスク、手袋を着用。
- ②汚物が乾かないうちに、ペーパータオル等で静かに拭き取りましょう。
- ③汚れた場所を、次亜塩素酸ナトリウムで浸すように拭き取ります。
- ④それから丁寧に水拭きしてください。
- ⑤最後は、汚物や手袋などを全部ビニール袋に入れて次亜塩素酸ナトリウムに浸し、密閉して廃棄です。

手を二度洗いすることもお忘れなく！

滋賀県では 12月10日～12月30日まで

## ノロウイルス食中毒注意報発令中！

切り取って手洗い場に貼るなど、ご活用ください。 参考：内閣府ホームページ

そろそろ本気で  
**カゼ・インフルエンザ対策！**

正しい手洗い

- 1 流水でよく手をぬらしてから、石けんを泡立てて、手のひらをよくこすります。
- 2 手の甲をのばすようにこすります。
- 3 指先・爪の間を手のひらに念入りにこすりつけます。
- 4 指を組んで、指の間を洗います。
- 5 親指を手のひらでつかんで、ねじり洗います。
- 6 手首も忘れずに。
- 7 最後に十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルで水分を拭き取ります。

※濡れたまま放置すると、かえってウイルスなどがつきやすくなったり、肌の乾燥の原因にも。

お酒やタバコ、**法律違反**です。

絶対に**ダメ**！

SNSでの出会い・書き込みに注意

あいつ、ムカつかね？

行ってみる？

だよな。

どうする？

会わない？

傷つかない

**冬 休 み**

傷つけない

妊娠・性感染症という危険。

性的接触

No Good!

自分の身は自分で守る。

自分の命は関わってくれる人みんなの命。だから、大切にね。

悪い誘いをする人はきっと心がさみしい人。同調しないで寄り添ってあげたいね。

## 献血にご協力ください！

長浜北星高校では、毎年3年生の生徒（希望者）を対象に、卒業前の社会貢献活動として、献血を実施しています。（3年生には希望の有無を確認するプリントを全員に配布します。1月7日には必ず提出してください。【3年生全員】）

日時：1月26日（火） 11時半～15時半（受付時間）

場所：啓朋会館前

対象：3年生・教職員（2年生）希望者

- ・2年生で献血を希望したい人は保健室まで来てください。（放課後に実施）
- ・保護者の皆様でご協力いただける場合は、保健室 中寺 までご連絡ください。当日直接来ていただいても大丈夫です。

(62-3370)

★今回の献血では、400ml 献血を実施します★

400ml の条件：男子17歳以上・女子18歳以上 かつ体重が男女とも50kg以上

