

ほけんだより12月

2017年も締めくくりの月となりました。

社会全体が慌ただしくなりますが、ゆとりを持って生活し、安全な登下校をしてください。感染性胃腸炎やかぜ・インフルエンザが流行する時期ですので予防につとめましょう。

無事に年末年始を過ごして欲しいと思います。

【カウンセリングの予定】

7日(木)・21日(木)

*希望者は学級学年の先生か及川先生(1-2)、松田(保健室)まで

★ 12月1日は

世界エイズデー

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。

日本のHIV感染者数18,851件
エイズ患者8,493件 (2016年調べ)

*HIV感染により潜伏期間(1~4年)を経てエイズが発症します。早期に感染を確認できれば内服して発症を遅らせることが可能です。

*HIV感染は茨城県内いずれの保健所でも匿名・無料で血液検査が受けられます。検査の日時は保健所によって異なるので、まずはTELLしてみましょう。検査は感染の機会から3ヶ月が経過してからとなります。

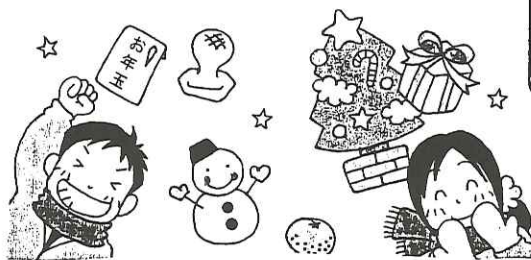
土浦保健所: 029-821-5516

つくば保健所: 029-851-9287

エイズは性感染症の側面もあります。近年、20歳代に性感染症の梅毒が広がっており、厚生労働省が注意を呼びかけています。

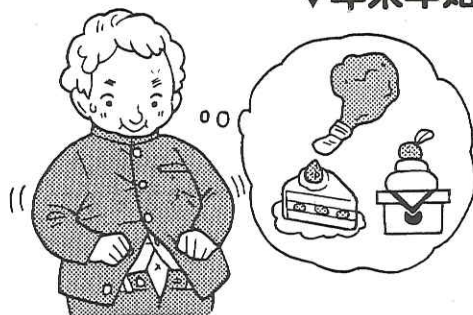
もうすぐ

冬休み♪



注意しよう!

▽年末年始の生活習慣▽



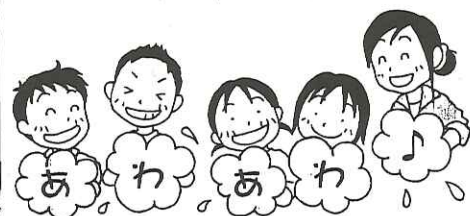
、食べ過ぎによる体重増加



夜更かしによる生活リズムの乱れ



NOメディアタイムを作ろう!



ウイルスは、石けんの泡が大キライ。