

# 12月のほけんだよ！

築館中  
平成25年  
12月4日

## 12月の保健

### 冬を健康に過ごそう



今年のカレンダーも残り一枚となりました。「もう今年も終わり？」1年の早いこと……。3年生も「中学校の3年間はあっという間」と感じていることと思います。今年のやり残しはありませんか？「今年の汚れは今年のうちに」のようにきれいに気持ちを整理してから新しい年を迎えたいですね。

### 冬の病気「感染性胃腸炎」と「風邪」「インフルエンザ」の流行が心配されます。

昨年は「感染性胃腸炎」が流行し、校内の除菌作業を先生たちや保健給食委員会で実施いたしました。現在、「腹痛」「吐き気」「発熱」の症状の生徒がみられます。

**「石鹸でのていねいな手洗い」や「生活リズムを整えて体力をつけること」が、予防につながります！**

- 冬場は乾燥した便や嘔吐物が舞い上がって、口に入ることも多く感染拡大の環境になります。また、感染しても症状が出ない人がおり、気付かないうちにウィルスをばらまいてしまうことがあるので注意が必要です。流行を拡大させないために、自覚症状のない人も含めて、外出やトイレの後などには手洗いをしっかり行ってください。
- 排便後は便器のふたを閉じた状態で水を流してください。（水の勢いで、ウィルスがまわりに飛び散るのを防ぎます。）
- 学校では、トイレに消毒液「ウィルスカット」を置いてあります。吐いたり、下痢等でトイレを使用した場合は、各自、「ウィルスカット」を手や便座、便器の中、取っ手等にスプレーしてトイレトペーパーで拭き取ってください。  
（トイレに貼ってある、使用方法パネルをみてね）
- 手についたウィルスは手から口や鼻、目を通して体の中に入ります。  
「手を顔に持っていない」「マスクをする」などを心がけてください。



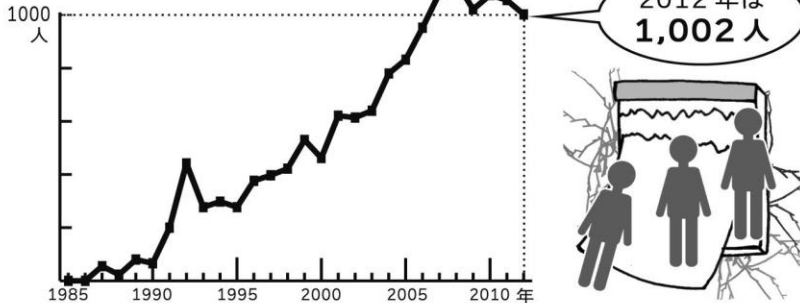
### 保護者の皆様へ・・・欠席の連絡をされるときは次のこともお知らせください。

- ①欠席理由と症状・・・「(例)風邪でのどの痛みと頭痛、熱37度4分あります。」
- ②症状が出たのはいつ・・・「昨夜から吐き気と腹痛がありました。」
- ③「胃腸炎」や「インフルエンザ」で病院に行ったときは病院名と診断名  
・・・「感染性の胃腸炎」「風邪からの胃腸炎」「インフルエンザA型」など
- ④お医者さんから「出席停止」の指示があった場合は「いつからいつまでの期間か」  
★「出席停止」の場合は、治癒して登校したときに学校から「出席停止の報告書」をお子さんにお渡ししますので、保護者の方が記入し、学校に提出されるようお願いいたします。

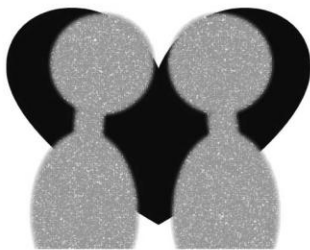
# エイズ(AIDS)ってなあに？ 毎年増え続けています！

## 日本の現状

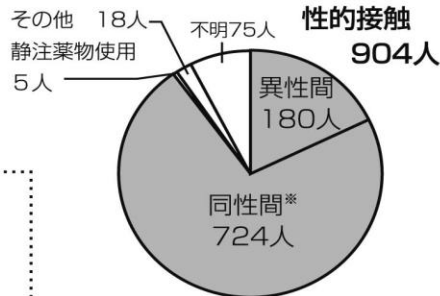
### HIV新規感染者数の推移 (1985~2012年)



- ◆2012年は、1日あたり約2.74人が新たに感染。
- ◆2007年以降、6年連続で1,000人を超える。この6年間の感染者数は6,362人で、これまでの累計の43.3%を占める。



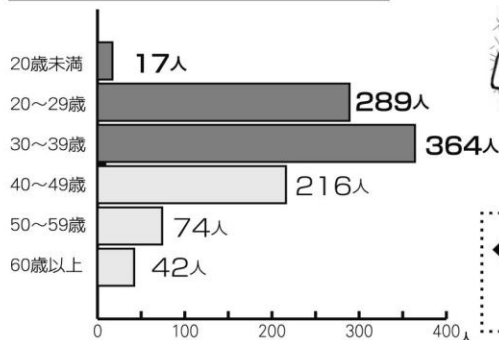
### 感染経路別に見ると… (2012年の新規感染者)



※同性間の性的接触を含む。

- ◆性的接触による感染が全体の90.3%。
- ◆母子感染はゼロ。

### 年齢別に見ると… (2012年の新規感染者)



- ◆感染者の66.9%は、10~30歳代。

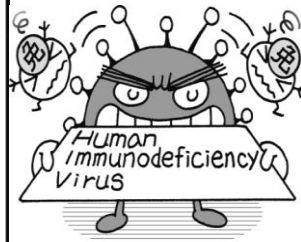
※データ：「平成24年エイズ発生動向年報」厚生労働省エイズ動向委員会、平成25年5月22日

### ◆HIV検査は、無料で受けられます

全国の保健所などで、無料で検査を受けられます。

HIV検査についての詳しい情報は、

HIV検査相談マップ (全国HIV/エイズ検査・相談窓口情報サイト) <http://www.hivkensa.com/> で。

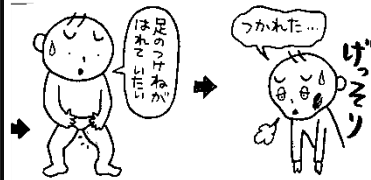


HIVは、ウイルスの名前。体を守る免疫の仕組みを働かせなくさせるウイルスです。



エイズは病気の名前です。体内でHIVが増え、免疫細胞が減ると、エイズになります。

### エイズ関連症候群



全身のリンパ節の腫れ  
発熱 下痢  
体重減少  
倦怠感  
神経症状

カリニ肺炎  
カポジ肉腫 など  
免疫機能が低下し、  
普段は病気を起こさ  
ないような細菌が原  
因で大変重い病気に  
なってしまう。

エイズ期 治療しないと2年位で死…治療薬が開発されています



HIVが体に侵入するのは、血液・精液・膣液・母乳を通じてだけ。

HIVに感染してから症状が現れるまでに5~10年以上。



感染しない行動  
を選べるよう、  
正しい知識を  
身につけましょ  
う。