

保健だより

平成29年12月4日

藤井寺市立第三中学校保健室

校庭の木々の葉が落ち、物寂しくなった風景に本格的に冬がやってきたことを感じます。

第三中学校でも、先日ストーブの一斉点検が終わり、寒さ対策として教室にストーブが置かれました。昨年度はこの時期にはインフルエンザが流行していましたが、今年はまだインフルエンザの報告はありません。予防接種を予定されている方は、今月中に済ませることをお勧めします。



今年はまだインフルエンザの報告はありません。予防接種を予定されている方は、今月中に済ませることをお勧めします。

インフルエンザの季節です。

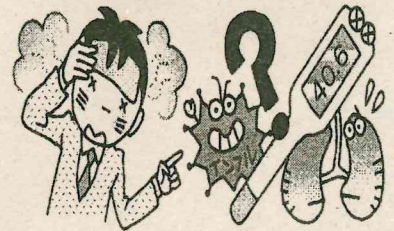
1. 特徴

インフルエンザウイルスにより感染し、通常のかぜと違い感染力が強力で、突然の発熱で発症し、関節痛などの全身症状が特徴です。



2. 感染経路・潜伏期間

主に患者のくしゃみや咳のしぶきに含まれるウイルスを吸い込むことにより感染します。通常は、感染後1～3日で発症します。



3. 症状と治療法

38℃を超える高熱、頭痛、悪寒、体のだるさ、関節痛、せき、鼻水、のどの痛みなどで医療機関で抗インフルエンザ薬の処方や、吸入また点滴等です。

4. 予防対策

換気、予防接種、手洗い・うがい、人ごみを避けることが重要です。

年末・年始には楽しいことがたくさんあると思いますが...

・未成年者がアルコールを飲むことは法律で禁止されています。「一杯だけでも飲んではいけません」



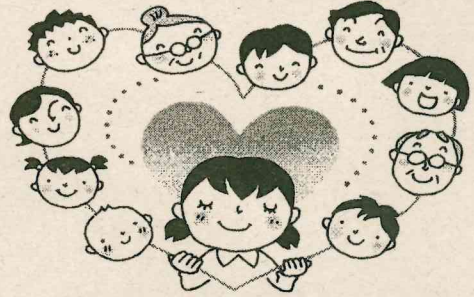
・ネットのつながりより、顔を見て話すことのできる友達や大人がいることを忘れずに「会わない。会いに行かない。」



12月4日～12月10日は「人権週間」

～考えよう 相手の気持ち 未来へつなげよう 違いを認め合う心～

毎年、12月4日から10日までの1週間は、「人権週間」といって、人が生まれながらにもっている権利についてしっかりと考える期間になっています。



人は、生まれながらにだれでもが自由で平等で、一人ひとり、全ての人が必要な存在です。だから、何かができるから偉くて、何かができないから偉くない、何かが違うから認めない等と、友達を馬鹿にしたり、面白おかしくいじったりするのは、許されないことです。

マザーテレサの言葉に「愛の反対は無関心」という言葉があります。「無関心」からは「愛」も無く、そして何も生まれませんという意味です。人権週間の期間中に、周りの友達が、嫌な思いをしていないか、まずは自分の周りに「関心」を持ってください。



関心を持つことにより、相手の気持ちに気付くこと、友達の痛みに関心を持つことができます。気付いたら、次に自分はどうすればよいかを考え、そして最後に実行することです。第三中学校の全員が「気づき、考え、実行する」ことを忘れずにいれば、この第三中学校が「愛と思いやりの気持ちのある素晴らしい学校」であり続けられます。

年末年始の休日急病診療所

診療日 12月30日(土)～1月3日(水)
時間 10:00～12:00 13:00～16:00
診療科目 内科・小児科・歯科
場所 藤井寺市保健センター2階
問合先 ☎ 939-7194

年末年始の小児夜間急病診療所

診療日 12月30日(土)～1月3日(水)
時間 18:00～22:00(受付は17:30～21:30)
場所 羽曳野市立休日急病診療所
(羽曳野市立保健センター2階)
問合先 ☎ 956-1000