



### 本校の AED 設置場所

- ・体育館1階出入り口
- ・事務室玄関前
- ・専攻科棟玄関前

2月も引き続きインフルエンザや胃腸炎は流行していますが、みなさん体調は崩していませんか？

花粉症も対策が必要な時期になってきました。花粉がつかないように、ツルツルした服を着たり、マスクやメガネを着用したり、家に戻ったら洗顔・手洗い・うがいするなど心がけましょう！また、症状がひどくなる前に病院を受診し、早めに予防しましょう。

### 1月のインフルエンザ罹患状況

全国的にも例年以上に大流行しているインフルエンザですが、本校も多く生徒が感染しました。(1月末現在、感染証明書を提出した者)

1学年：30名 2学年：10名

3学年：10名 専攻科：5名

1月はインフルエンザA型に罹患した生徒が多かったです。インフルエンザの感染力はつよく、家族内や教室、部活動で広がっていったと考えられます。

ひとりひとりが、積極的に手洗い・うがい、マスクの着用をしましょう。また、朝から微熱があって、調子が悪いなど自覚しながら登校して、体調がさら悪化し早退する生徒が何人もいました。「学校に行きたい」、「休んだらいけない」という気持ちからの行動だと思いますが、休養することも大切です。気持ちを切り替え、「休む」ときはしっかり休みましょう！

### 若者の飲酒の現状と課題

少し古いですが、2009年の報告によると、20歳前半の若者の飲酒経験率は男性83.5%、女性90.4%と高い割合です。この結果から高校卒業後、大学や社会にでると、ほとんどの人に飲酒機会があると予想されます。「急性アルコール中毒」聞いたことありますよね。「イッキ飲み」のように短時間で大量のお酒を飲んでしまうと、肝臓でのアルコール代謝が追いつかなくなり、血液中のアルコール濃度が増え、「昏睡期」の状態に進んでしまうこと(これによる搬送者の数は増加傾向にあり、そのうち20歳代が約4割を占めています。社会にでてすぐ、イッキ飲みのようなリスクある飲酒機会があった場合、あなたならどうしますか？急性アルコール中毒は死に至るケースもあります。

イッキ飲みは絶対しない、させないと強い意思をもち、危険な飲み方は断りましょう！！

20歳未満は、飲酒禁止！！

### 教室の換気を積極的に行いましょう

換気が必要な理由は、一定時間ごとに窓や扉などを開けて外部から新鮮な空気を取り込み、時間とともに空気が汚れる(汚染)影響から生徒を守ることにあります。

#### 換気のポイント

- 休み時間ごとに窓を開ける。特に昼休み開けましょう！お弁当のおいがこもっています。
- 対角線上の窓・ドアを開ける。
- 少しの隙間を作り、教室内を締め切らない。空気が悪くて、気持ち悪くなり保健室に来室する生徒もいます。換気をして気持ちよく過ごせる教室にしましょう！

### お知らせ

4月になると、健康診断がはじまります。今年度、歯科検診や視力等で受診勧告書をもって、受診していないみなさん！！また同じ結果をもらうこととなりますよ！学校休業日を利用し、治療に行きましょう！

#### 現在の受診率

【歯科】1年:11.3% 2年:14.8%

【視力】1年:28.7% 2年:50.0%

虫歯は、ほうって

おいても治りません！





