



今年も残り1か月。今年も休校もなく、「With コロナ」の生活が根付いてきましたね。現在、栃木県内の警戒レベルはステージ1です。10月末にステージが引き下げられてから1か月が経過しました。全国的にも感染状況は落ち着いていますが、人の動きが大きくなる年末年始にかけ、感染リスクは高まります。遠方の親戚宅への訪問やレジャーなど、がまんしてきたことを楽しむ家庭も多いと思いますが、感染予防の徹底と継続をお願いします。

えっ!?
コロナだけじゃダメ!?

感染症に注意しよう!!

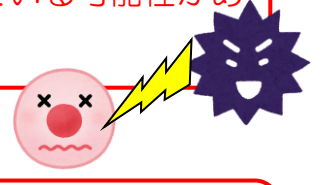
今年の冬は・・・

インフルエンザや感染性胃腸炎などのさまざまな感染症が爆発的に流行しやすい!!といわれています。



なぜ? どうして!?

コロナが流行し、全国民が感染予防を徹底してきたからか、昨年度はインフルエンザや感染性胃腸炎の流行があまりみられませんでした。その分、「免疫」という、ウイルスや菌から身体を守る防御システムが低下している可能性があります。



じゃあ、どうしたらいいの!?

感染予防を徹底すればいいのです。

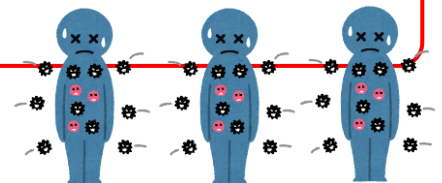
- ①手洗い・うがい・消毒・マスクの着用を習慣化し、体の中に敵（ウイルスや菌）を入れないようにする
- ②規則正しい生活習慣（早寝・早起き・食習慣など）の確立
- ③3密の回避（密集・密閉・密接）
- ④予防接種を受ける

※インフルエンザなどの予防接種がある感染症もあります。接種を受けてから約2週間後に効果が出てきますので、流行前に接種を検討してください。



「免疫」がないと大流行するの?

防御力が低くなると、敵（ウイルスや菌）は攻撃しやすくなります。攻撃を受けた身体は、敵の侵略を防御しきれず病気を発症します。防御力が低下している人が1人なら流行は防げるかもしれませんが、**防御力が低下している人ばかりだったら感染はどんどん広がってしまいます。**



11月26日(金)に実施した「学校保健委員会」でも、感染症をテーマに健康福祉委員の生徒が中心となって活動を行いました。そのときの様子は、後日発行する「ほけんだより 学校保健委員会特別号」をご覧ください。

12月1日

世界エイズデー

～AIDS に対する
正しい知識を
持ちましょう～

みなさんは「AIDS（エイズ）」という病気を知っていますか。「AIDS」も感染症の一つです。この病気は現在の医学では、感染して発症すると一生治らない病気です。しかし、ある一定の行為をしなければ感染することはなく、予防は誰にでもできます。今回は、AIDS について紹介します。

①AIDS の正式名称について

Acquired（後天性：生まれてから）
Immuno（免疫：体を守る力）
Deficiency（不全：弱くなってしまう）
Syndrome（症候群：病気）



②どんな病気？

HIV というウイルスに感染し、体の免疫力が低下することによって起こる様々な病気の総称。

HIV に感染している人のことを、「HIV キャリア」といい、感染していても発症しなければ、薬で発症を抑えるための治療を行います。

③どんなときに感染するの？

HIV ウイルスは、感染した人の血液や精液、膣分泌液に多く含まれています。感染者の血液などが、傷口や粘膜などに触れることで感染します。それ以外に感染する方法はありません。薬物乱用者の注射器の使い回しや無防備な性行為によるものが多く、感染している母親が妊娠・出産するときの母子感染も考えられます。



レッドリボン

AIDS に対する偏見や差別をなくすための様々な活動に取り組むことのシンボルです。HIV キャリア・AIDS 患者の方々を理解し、支援していくということを意味しています。

④こんなことでは感染しません！

血液などの分泌物から感染しますが、HIV ウイルスは非常に弱いウイルスです。右の絵のような、日常生活での接触では感染しませんので、正しい知識を身につけましょう。

HIV キャリアの人や AIDS の人が周りにも、偏見や差別意識をもつことなく、普通に接することが何よりも大切です。

コロナの感染者についても同様ですね。



相談室からのお知らせ

もうすぐ新しい年がやってきます。今年1年はどんな年でしたか？「不安を抱えたまま年越したくないな」「新しい年を気持ちよく迎えたい」みなさん、ぜひお話に来てください。

来校予定日 12月8日(水) 9:00～16:00 (最終面談受付 15:00)