

ほけんだより3月号

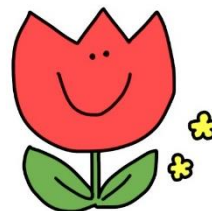
令和3年3月1日

武雄中学校保健室

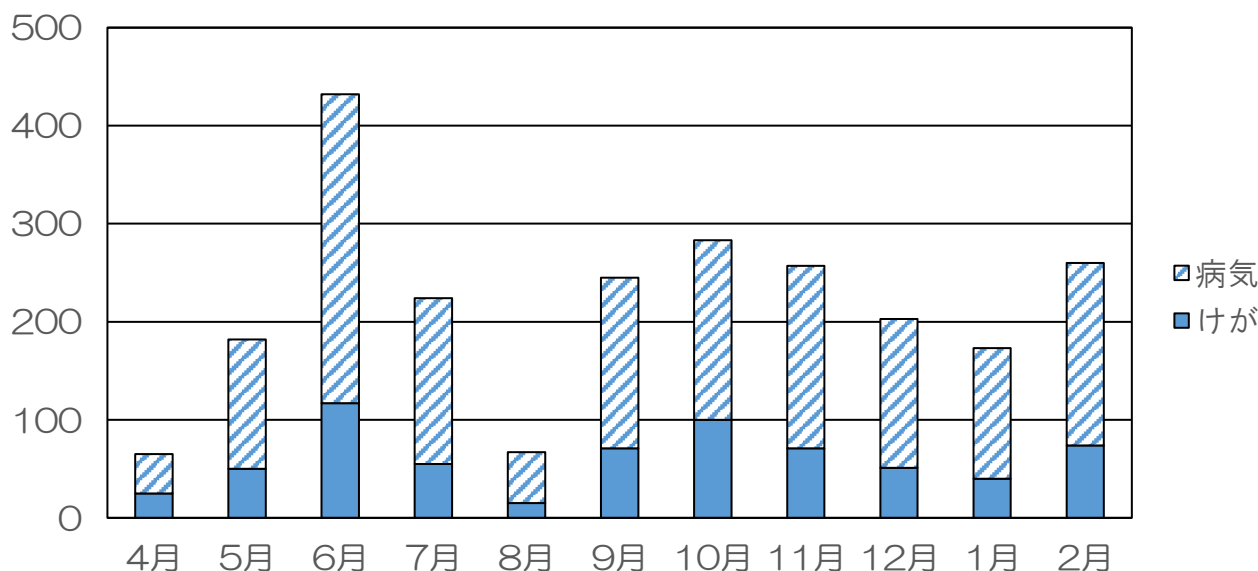
暖かい日差しが届く日が増え、少しずつ春の訪れを感じる季節になりました。

3年生はいよいよ卒業。1・2年生も次の学年への進級を控えています。残り1日1日を大切に、元気で笑顔で過ごせるといいですね。

新しい生活をスタートさせる前に、この1年で「やり残したこと」はありませんか？例えば、むし歯などの体の調子が悪いところの治療など…。気になることを抱えたままでは、何となくモヤモヤした気持ちに……。春休みのうちに済ませ、スッキリとした気持ちでスタートを切りましょう。



月ごとに保健室に来室した人の数



体調が悪くなって、保健室を利用した人

1日平均
約8人

一番多かった症状
頭痛



けがの手当てで、保健室を利用した人

1日平均
約3人

一番多かった症状
打撲



元気に学校生活を送るにはどうすればよいか、これまでに学んできたことを思い出し、生かしていきましょう！

2020 今年度の生活が 日常になる 2021

こまめに健康観察

しっかり報告



体温計はわきの下の中心に、
腕に対して30~40°の角度で差し込む。

症状なくてもマスク着用

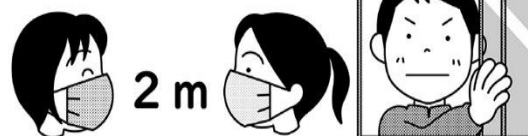
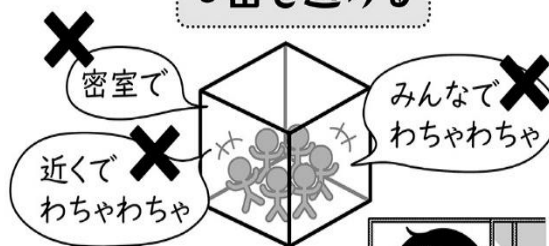
元気=大丈夫
ではない。

無症状なだけ
かもしれない。



屋外で距離が取れるときは
はずしても大丈夫です。

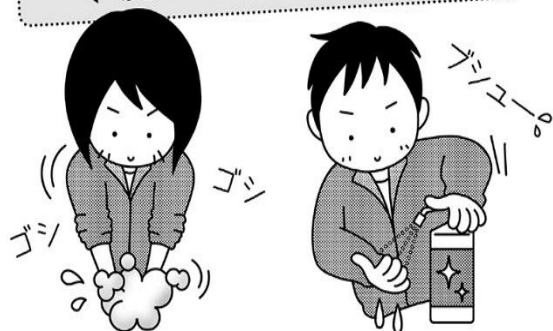
3密を避ける



思いやりの距離

換気

手洗い or 消毒 30 秒



石けんと流水で。アルコールもたっぷり。

■ 学校医 古賀賢二先生より（古賀内科医院）

5-アミノレブリン酸(5-ALA)による新型コロナウイルス感染症(COVID-19)原因ウイルスの感染抑制が判明 ～今後の治療薬候補として期待～

長崎大学は発酵食品に多く含まれる「5 - アミノレブリン酸」通称「5 - ALA（ファイブアラ）」と呼ばれるアミノ酸が、新型コロナに対する強い感染抑制効果があることを発見したと発表しました。このように日本でも、新型コロナの抗ウイルス薬の研究が進められています。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響が続く中、最前線で働いてくださっている方々の努力を無駄にしないためにも、一人一人ができる感染予防を確実にしていきましょう。



参考： <http://www.nagasaki-u.ac.jp/ja/about/info/science/science225.html>