



保健だより10月



いよいよ後半戦です。芸術の秋、スポーツの秋、そして勉強の秋になりました。資格取得に挑戦する人も多いようです。しっかり頑張ってください。

さて、昼と夜の温度差が大きい時期です。衣類や夜具を上手に調節して、かぜの予防に努めましょう。

With
コロナ

コロナとインフルエンザ



例年通りですと、これからインフルエンザの流行時期に入っていきます。

学校医の宮崎先生のお話では、現在流行中の新型コロナウイルス感染症は、無症状から上気道炎、さらに重症肺炎まで様々な症状で発症しますが、インフルエンザとの鑑別は難しいとのことでした。

予防のためには免疫力を付けることが肝心です。栄養を考えた食事を規則正しく摂ること。十分に睡眠をとること。そして！ **インフルエンザの予防接種を受けておく**ことです。

10月1日から解禁になりますが、乳幼児や重症疾患の方を優先するように国からの要請が出ているので、まずは電話等でのかかりつけ医に相談し、予約をしましょう。11月中には済ませておきたいですね。



トピックス

新型コロナウイルスとインフルエンザの抗体検査が同時にできるかも？

新型コロナウイルスへの感染の有無を調べる検査について、田村厚生労働相は、今月2日から患者の鼻の入口の粘液も検体として利用できると発表しました。

検査によっては、インフルエンザとの同時検査も可能になるとか。

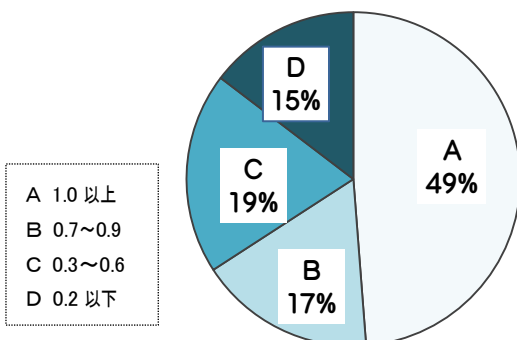
対象は症状のある患者で、医師などが立ち会って検体を採取する必要があるほか、簡易キットを使った検査の場合は、発症2日目から9日目に限定しています。

10月2日配信 日テレニュースより

10月10日は



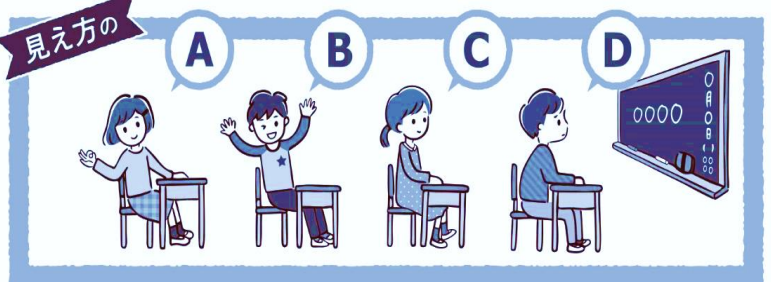
の愛護デー



上のグラフは、今年度の視力検査結果です。通常視力ですので、眼鏡やコンタクトレンズの人は矯正視力で分類しています。視力が1.0ない人、特にCやDの人はかなり見えにくいと思います。(左図参照)

しかも、バイクや自動車の免許取得の要件を満たさないし、就職先によってはアウトになります。

見え方の



A [1.0以上]

1番後ろの席からでも黒板の文字はよく見えています

B [0.7~0.9]

後ろのほうでも黒板の文字はほとんど読めます

C [0.3~0.6]

後ろのほうでは黒板の文字は見えにくいです

D [0.2以下]

前の席でも黒板の見え方は十分とはいえません



眼科検診で **B・C・D** と言われた人は、おうちの人と相談して、一度、眼科を受診しましょう。