



2020.12.18 鳥栖工業高校定時制

保健だより12月



もうすぐ冬休み。でも、新型コロナウイルス感染症が拡大する中、例年とは違う冬休みの過ごし方が求められています。

感染リスクを避ける過ごし方

年末年始にかけては、クリスマスや忘年会、お正月等々、人が集まるイベントが多く新型コロナウイルスのさらなる感染拡大が懸念されています。

新型コロナウイルスは**飛沫感染（マイクロ飛沫）**と**接触感染**によって感染します。飛沫感染とは感染者の咳・唾などと一緒に放出された飛沫や、会話や大声で放出した小さな飛沫を口や鼻から吸い込むことによる感染です。接触感染は、感染者が放出したウイルスが付着したものを触った手で、自分の鼻や口を触る事で感染するケースを言います。

新型コロナウイルスの**感染経路は主に飛沫感染**とされ、「食べる場所」と「話すところ」、つまり、**大勢が集まって食事や会話を楽しむイベントでの感染リスクが非常に高くなります**。大人数や長時間におよぶ飲食、マスクなしでの会話は感染の危険リスクが高まります。十分に注意しましょう。

また、どうしても参加したいイベントがあったら、①**1週間前から、他の会合には参加しない**②**検温など毎日体調確認をする**③**咳・のどの痛み・発熱などがあれば参加をとりやめる**などの対策をとることが、感染しない・させないことにつながります。

もしも、発熱したら…

まずは電話で相談！これが一番！

相談先…①かかりつけ医
②近隣の医療機関
③休日等でつながらない時は

佐賀県「**受診・相談センター**」へ
0954-69-1102

これからも守ってほしいこと

- ★マスク着用・3密回避、室内の換気
- ★会話は静かに
- ★集まりは少人数・短時間で
- ★手洗い・アルコール消毒を
- ★体調不良時・発熱時は出かけない

性に関する指導講話がありました。

先月の20日に、鳥栖市の山田産婦人科で助産師をされている濱崎奈良子先生から「**性・生**」というテーマでお話しがありました。

性は個性であり多様性に富むこと、妊娠のしくみや避妊法、性行為感染症、さらに不妊症や妊娠適齢期について詳しく教えていただきました。最後に『皆は、3億分の1の確率で誕生した奇跡の存在であることを覚えておいて。そしてこれから大人になる過程を楽しく過ごして欲しい』とのメッセージをいただきました。

次に、講話後の感想文を紹介します。



<感想文>世の中には、望まない妊娠をする人がいる一方、望んでも妊娠できない人がいることがわかった。女子は好きな人との子どもが欲しいって思う人の方が多いと思うけど、男の人はそうとばかりは限らなそう。

将来、子供、欲しいです。ちゃんと好きな人との子どもが欲しいと思いました。そのためにもちゃんと大人になって、話し合ってから子どもを作りたいです。命ってすごい事だなと思います。