



ほけんだより



令和3年1月8日

川口市立上青木中学校

保健室
発行



あけまして
おめでとう
ございます



新しい年の始まり、3学期の

始まりです。気持ちを新たに、

日々の生活の土台となる心と身

体が健やかであるよう、健康づ

油断大敵！ うっかりしないで 感染症予防！

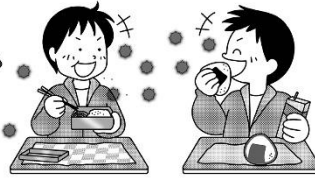
生活のあらゆる
ところにウイルスが…

つい触ってしまう
目・鼻・口…

接触感染

たくさんあります！ うっかり場面…

向かい合っ
ていなく
ても近
距離は
危険！



うたた寝

身体測定の予定

1月12日(火)	1. 2時間目	2年生
1月12日(火)	3. 4時間目	1年生
1月13日(水)	1. 2時間目	3年生
1月14日(木)	1時間目	7組

○手足の爪の長さもチェックしています。当日までにきれいに切っておきましょう。

○欠席をした生徒は後日、休み時間を使って計測します。



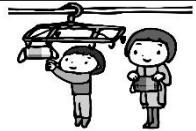
顔をさわるクセ
気をつけよう

無意識のうちに
顔をさわって
いますよ！



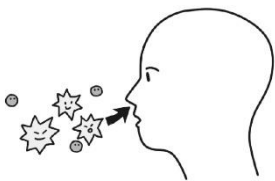
※手についたウイルスが口や鼻、目から体に入って感染します。

鼻水はどうして出るの？

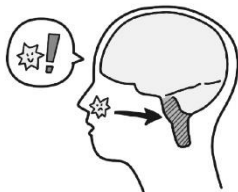


風邪をひいたときなどに垂れてくる鼻水・なぜ出るの

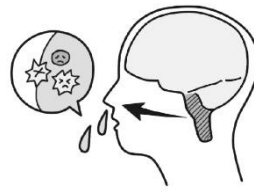
① 外のごみやウイルスが鼻の中に入って来る。



② 神経を通して、①の情報が脳の「脳幹」という部分に伝わる。



③ 脳幹から指令が出て、鼻にある「鼻絨」から鼻水が出る。



つまり、鼻水が出るのは「外から入ってきたものに対して体を守る為」。風邪をひいたときには、体の中の風邪ウイルスを追い出す為に鼻水で外に流すのです。くしゃみや咳と同じように、鼻水にも体を守る優れた働きがあるのですね。

【3年生の保護者様】 学校内でのけがについては、基本的に日本スポーツ振興センターの手続きをお願いしております。日本スポーツ振興センターの手続きが途中で滞っている方、まだ書類を提出していない方はスムーズな申請を行う為にも、3月の卒業までにご提出ください。なお、この制度は災害発生日から2年間で時効となります。ご不明な点は保健室までお問い合わせください。