



保健だより

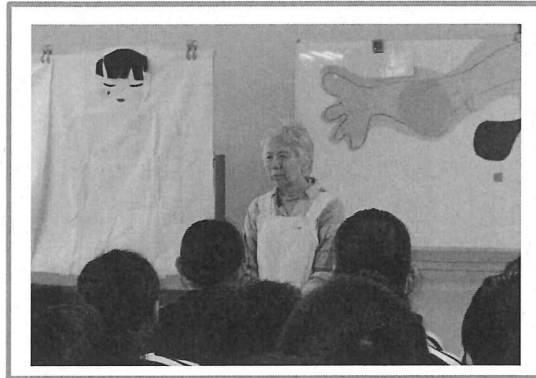
平成30年10月30日 発行
中伊豆中 保健室 No. 7



「命のはなし・身体のはなし」

☆小柳先生☆

伊豆市日向にある桃太郎助産院の院長で、赤ちゃんの出産の手伝いや、身体の悩み相談などをしてくださっています。今までに6000人の赤ちゃんの出産に立ち会ったそうです。



受精卵の30%が人になることができる。生き延びてきた命を大切に。みんなの成長はその姿を見ている人の励みになる。喜びになる。

身体の成長はホルモンの作用で作られられていく。140センチを超えると男女ともに身体の変化が起こる。

桃太郎助産院

小柳助産師さん

10/18(木)2年生に思春期の心身の変化や命について講演していただきました。

みんなにはやらなければならない大きな仕事がある。迷ったときは周りの人に相談する。自ら命を絶ってはいけません。

♥ ♥ ♥ 30%の奇跡！命をつなぐ！親への感謝！（みんなの感想より） ♥ ♥ ♥



♥最近、道徳の授業や小柳先生の話聞いて、改めて命の大切さについて考えることができました。おなかの中に命が宿って、それが健康に生まれてくるというのは、あたりまえのことではなく奇跡なのだということを知ることができました。自分の命を大切にしていこうと思いました。

♥思春期とかよく分からないので、ためになりました。今の複雑な時期を乗り越えて、いい大人になりたいと思いました。自分にとっての仕事をしっかり見つけようと思います。

♥今まで知らなかったことなど、たくさん学ぶことができました。（親は）どんな子であろうと自分の子どもはかわいいと思ってくれていると聞き、親に感謝しながら生きていきたいと思いました。

♥赤ちゃん人形を抱いたとき、重かったです。親に感謝！



夏頃から首都圏を
中心に増加！

「気をつけて！ その① 風しん」

風しんは、発熱、発疹、リンパ節の腫れなどを特徴とする病気です。

・風疹ウイルスによる感染症で、咳やくしゃみなどの飛沫で感染します。

外出後は手洗いをしっかり行いましょう。

・特効薬はなく、症状を抑えるための治療が中心となります。

・風しん予防のためには、予防接種が有効です。

・発熱・発疹など風しんを疑う症状がある場合は、あらかじめ医療機関に連絡の上、受診してください。

(静岡県健康福祉部からの危機管理情報 2018/9/4)



「気をつけて！ その② 麻しん(はしか)」

麻しんの症状

【カタル期】…目の充血・涙や目やにが多くなる・咳・鼻水・発熱・口腔内の頬粘膜にコプリック斑という白い斑点が見られる。

【発しん期】…熱がいったん下がりかけ、再び高熱が出てきたときに赤い発しんが生じる。



麻しんの感染経路

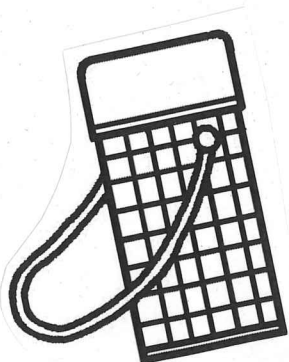
【空気感染・飛沫感染・接触感染】…人から人に感染し、感染力は非常に強い。

・免疫を持っていない人が感染すると、ほぼ100%発症し、一度感染して発症すると一生免疫が持続すると言われている。

・ワクチンの効果は非常に高い(95%以上が免疫を獲得)。

予防接種をしていれば感染するリスクは少なくなる。

(静岡県健康福祉部からの危機管理情報 2018/10/3)



「気をつけて！ その③ インフルエンザ」

うがいのための「水筒」を持ってこよう！

水筒の中には「お茶」か「水・ぬるめのお湯」を入れ、休み時間にうがいをしよう。

(熱中症予防ではないので授業中には飲まないように)