

保健だより

平成30年3月 石田中学校保健室 上原



日に日に春の訪れが感じられるようになりました。いよいよ今の学年で過ごす最後の月になりました。これまで共に過ごしたクラスの仲間とも離れ、進級し、新たな環境となりますね。

インフルエンザの流行は落ち着いてきました。今年に入り、**72人の生徒が感染**しました。A・B型が同時に流行したため2回感染してしまった人もいました。暖かくなっても、油断は禁物!! さまざまな感染症を防ぐための予防の基本は「手洗い「うがい」が大切ですよ〜

3月3日は耳の日 **ピアスについて**



ピアスは校則で禁止されています!!
それから、健康面からも、勧められません!!

たまに、真っ赤に腫れ上がって、炎症している耳を「消毒して〜」と保健室に来室する生徒がいますが、それは、「金属アレルギー」か、「細菌感染」している症状。ピアスの成分が、肌に溶け出して、炎症したり、何らかのばい菌が入り込んで、化膿している状態。アレルギーや感染による炎症だけでなく、開けた穴を消毒しすぎて傷口を広げてしまったり、消毒液自体の刺激によってかぶれてしまうこともあります。トラブルが多いアクセサリなんです。ピアッサーで開けたり、安全ピンで開けたりするのは、さらに危険です! もう少し、大人になってから!! 開ける場合は、皮膚科で相談しよう!

おしゃれは、きれいに、安全な手段で楽しもう(^~)

3月3日は耳の日

普段から...
耳をいたわっていますか?

定期的に耳そうじをしよう。

ア×耳の人は週1回、
コナ耳の人は2週間に1回を目安に。
耳の入口付近をやさしくなぞる
ようにすれば十分。
奥までやりすぎない!



ヘッドホン難聴に注意しよう。

大音量で聴き続けると、
神経が鈍って音が聞こえづらくなるよ!

