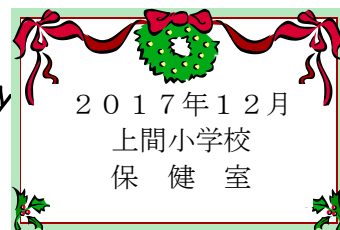




保健だより



あさゆう すこ はださむ
朝夕、少し肌寒くなってきましたね。ついつい部屋の中にこもりがちになっていませんか？
あたた し き へ や なか か ぜ
暖かく、閉め切った部屋の中には、風邪のウイルスがいっぱいいることも！時間を決め、窓
あ くう き い か ふゆ たいてき
を開けて空気の入れ換えをしましょう。冬の大敵“かぜ・インフルエンザ”にも負けないよう、うが
て あら きそくただ せいかつ ころ
い・手洗い・規則正しい生活を心がけましょう！



今日の目標

☆ 冬を健康に過ごそう！

☆ 性・エイズについての正しく知ろう！



ふゆ せつきよくてき た もの
♪ 冬に積極的にとりたいたい食べ物 ♪



た かた ちゅうい
食べ方に注意!!

きせつ
この季節はいろいろなイベントがあり、食事をする
きかい おお
機会が多くなります。バランスよく食べるように工夫し
ましょう！

あじ こ もの た
* 味の濃い物ばかり食べない！

す もの た
* 好きな物ばかり食べない！

た
* だらだら食べない！





12月1日は「世界エイズデー」



12月1日の「世界エイズデー」を前に、2017年に県内でエイズウイルス(HIV)の感染が新たに判明した人は11月26日時点で29人だったと発表がありました。過去3番目に多く、うち8人はエイズを発症していたそうです。エイズは一部の人間にかかる特別な病気ではありません。誰にでも感染の可能性があります。しかし、エイズの正しい知識を持てば、怖くない病気です。そのことを再認識しよう

UPDATE! エイズのイメージを変えよう

情報を『アップデート!』(更新)して、正しい知識を持ちましょうというスローガン(2017)が世界をあげて掲げられています。

< 学校での取り組み >

各学年で発達段階に応じて、12月1日～12月22日をエイズ月間として授業を行います。

1年	「男の子女の子」	男女の違いを正しく理解させ、お互いの体を大切にしようとする意識を育てる
2年	「おへそのひみつ」	生命は大切なものであり、親への感謝の気持ちと自分と友達も同じように大切である事を理解させる
3年	「ケガの手当て」	自分で出来る手当ての仕方や血液にはケガを治す働きがあること、血液によってうつる病気がある事を知る。
4年	「私たちの成長」	男女の体の作りや心身の発達について正しく知り、命の大切さを学び、お互いが理解し思いやる心を育てる
5年	「エイズってなに?」	免疫とエイズについて学ぶとともに、けがや病気への対処法を獲得する
6年	「エイズとその予防」	エイズに対する正しい知識を持ち、病気の人への差別や偏見をなくし思いやりの心を養う

エイズのうつる方法は3つだけ!

① 性行為

エイズ感染で一番多い



② 血液感染

使用済み注射器の使用など



③ 母子感染

胎児へうつる事がある



これくらいのことで
ではうつりません!

☆握手・咳やくしゃみ



・キス



・汗や涙に触れる



☆トイレやつり革、OA機器、の共用☆お風呂やプールと一緒に入る☆蚊やノミなどに刺されるなど

