



冬休みまで残りあと少しとなりました。冬休みには、クリスマスにお正月と、みなさんの楽しみにしているイベントがたくさんあると思います。様々な感染症が天草管内で流行しています。感染症予防には、抵抗力をつけることが大切です。規則正しい生活を心がけ、体を温かくして楽しい冬にしましょう。

コロナ? インフルエンザ? カゼ?  
**症状はどう違う?**

よく似た症状が多く、自分では判断できないことがほとんどです。「体調が悪いな」と思ったら、早めに休みましょう。

病名と症状	せき	熱	倦怠感	頭痛	下痢	のどの痛み
新型 コロナウイルス	☹️	平熱 ~高熱	☹️	☹️	😐	☹️
インフルエンザ	☹️	高熱	☹️	☹️	☹️	☹️
カゼ	☹️	平熱 ~微熱	☹️	😐	😊	☹️

☹️ … 高頻度    ☹️ … よくある    😐 … ときどき    😊 … まれに    ※無症状の場合を除く

**かぜを**

ひきやすいのは・・・

夜は遅くまで起きている

部屋の空気を入れ換えない

食べ物の好き嫌いが多い

運動はあまりしない

ストレスがたまっている

きちんと手洗いをしないことがある

**健康カードを配付します!**

2学期の身体測定などの結果を記入しています。家に持ち帰り、おうちの人とみてください。おうちの人からコメントと押印をしていただき、保健室連絡袋に健康カードを入れて学校に返却してください。病院受診が必要な人は、冬休み期間中に病院受診をし、受診結果を学校に提出してください。

**提出期限：12月22日(金)**

《保護者の方へ》

身体測定などの内容の確認をお願いします。健康カードには保護者コメントと、押印をしていただき、学校に返却をよろしくお願いいたします。

裏も読んでね!



## 鳥インフルエンザについて

11月末に佐賀県の農場において鳥インフルエンザ事案が発生しました。天草中学校の近くにも野鳥などが飛来したり、野生動物が生息したりしているため、野鳥との接し方について守っていただきたいことがあります。

- 日頃から、手洗い、うがい、消毒などの感染予防対策を徹底する。
- 死んでいる野鳥や野生動物は素手で触らない。
- 同じ場所でたくさんの鳥が死んでいたら近くの都道府県や市町村役場に連絡する。
- 野鳥や野生動物の排泄物に触れた場合は、手洗い、うがいをする。
- 不必要に野鳥を追い立てたり捕まえたりしない。

鳥インフルエンザウイルスは、感染した鳥との濃密な接触等の特殊な場合を除いて、通常では人に感染しないと考えられています。また、野鳥は餌が採れずに貧弱したり、環境の変化に耐えられずに死んでしまったりすることもあります。そのため、野鳥が死んでいても、鳥インフルエンザを直ちに疑ったり、日常生活において過度に心配したりする必要はありません。

## 性に関する指導を行いました。(12/11~15)

本校では毎学期に1時間ずつ性に関する指導を行っています。性に関する指導は自分の生き方や心について考える授業です。今回は、1年生は【生命誕生】、2年生は【異性との関わり】、3年生は【能力や適性と職業】について学びました。

1年生の生命誕生についてご紹介します。

今回は受精から生まれるまでの胎児の成長について荒木が話をしました。そして、2年前に妊娠していた時に気をつけていたことや、生まれたときの感情など1年生から質問があったことに答えました。

実際に10キロを抱えて妊婦体験も行いました。感想を紹介します。



近くに妊婦さんを見かけたら、少しはできることをやりたいです。下の物などは拾いにくかったです。

命の大切さがよく分かりました。

妊娠しているとしゃがんだり時間がかかることが一番大変だな～と思いました。赤ちゃんが生まれるためにたくさんの時間がかかっていることを知ったので親に感謝したいです。(MKさん)



1年生の中には家に帰ってからも、お家の方から生まれたときの話を聞いた生徒もいたようです。これからお家で過ごす時間も増えます。家族でたくさん話をして、普段言えない感謝を伝えると良いですね。そして、感謝を行動にしてお手伝いなどで伝えていきましょう。