



保健だより

令和5年12月号
石川県立工業高等学校
保健室



今年度は感染力が強く、すぐにクラス内や部活動などで感染が拡大している傾向です。

インフルエンザが流行中！！自分と自分の周囲を守る

行動をしよう



★健康チェック★

自分の健康状態チェック！！普段と違う時は要注意！！
体調が悪いのに無理をすることで、症状が悪化したり、感染が広がってしまいます。

★予防行動★

1. 手洗い

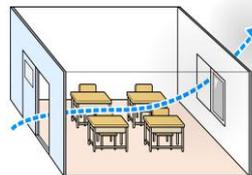
手洗いは感染予防の基本！

2. 換気

寒い日が続きますが、換気を忘れずに！対角線上に10センチずつ2か所開けましょう！

3. 咳エチケット

咳をするときには周りの人への配慮を！



新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの出席停止期間

発症日を入れてね

登校再開日早見表

元気回復

	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
	発症日	発症日	発症日	発症日	発症日	発症日	発症日	発症日	発症日
新型コロナ	★	★	★	★	★	★	★	★	★
	★	症状軽快	★	★	★	★	★	★	★
	★	★	症状軽快	★	★	★	★	★	★
	★	★	★	症状軽快	★	★	★	★	★
インフル	★	★	★	★	★	★	★	★	★
	★	解熱	★	★	★	★	★	★	★
	★	★	解熱	★	★	★	★	★	★
	★	★	★	解熱	★	★	★	★	★

コロナもインフルもここは同じ / 基本「発症日を0日目として5日を経過するまで」

コロナは「かつ症状が軽快した後1日を経過するまで」

インフルは「かつ解熱後2日を経過するまで」

登校再開

新型コロナウイルス感染症または、インフルエンザで欠席した場合、療養後に学校へ書類の提出が必要です。

1. 感染症による欠席届 (校内で配布・HPよりダウンロード可)
2. 新型コロナウイルス感染症もしくはインフルエンザの検査を受けたことが分かる書類 (医療機関が証明したもので日付、本人の氏名入りの診療明細書など)

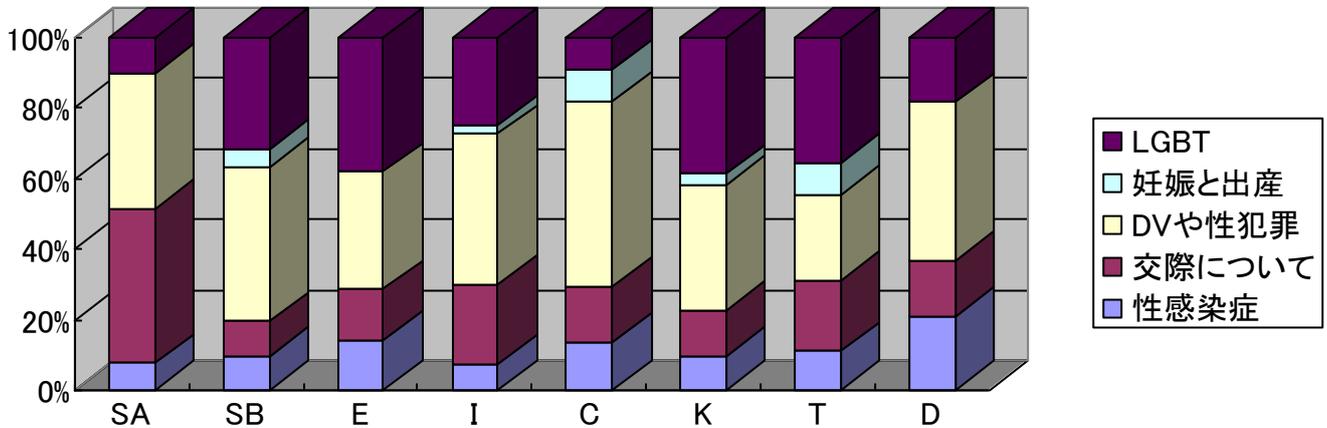
* 定期試験を欠席する場合はこの限りではありません。「陽性」を証明できる書類等が必要です。詳細は11月27日付同報メールもしくはHPをご覧ください。

3年生対象の性教育講座を実施しました！



11月に実施した3年生対象の性教育講座後のアンケートの結果の一部です。

問:「今回の性教育講座で興味があったものや印象に残ったものはどれですか？」



どのクラスも「DV や性犯罪について」、「交際について」、「LGBT」がクラスによって違いはありますが、多くの生徒が印象に残ったようです。この講座を「性」について考えるきっかけとなればと思います。

性教育講座を終えての感想・・・



・今回の性教育講座を通して、自分自身をしっかり大切にすることが一番大切だと分かった。自分だけでなく周りの人も大切にしたいと思った。
・「みんな違ってみんないい」ことを改めて実感した。

・DV にあった時は、話し合いが我慢するしかないと思っていたが、「別れに同意はしない」「助けを求めてほしい」と聞いてはっとさせられた。あまり自分から聞けない話題なので、とても有意義な時間になったと思う。
・先生たちの実演で分かりやすかった。

・子どもができるということは喜ばしいことではあるが、大変なこともある。
・付き合うことは、いろいろと責任を持つべきだと思ったし、真剣に将来のパートナーを決めようと思った。

・LGBTQ の知識と LGBTQ の人を含め「人権を守る」ことの大切さを学んだ。
・LGBTQ を受け入れられない人も、「そういう人もいるのだ。」と尊重しあえる社会になったらいいなと思った。