

保健だより



令和3年度10月号
石川県立工業高等学校
保健室

運動会や県工祭を控えています、睡眠不足や寒暖差で体調を崩し気味の人が見受けられます。
「朝の健康チェック」、感染予防の3つの基本の「**身体的距離の確保**」「**マスク着用**」「**手洗い**」
を継続し、健康管理をしっかりと行って行きましょう。

「新しい生活様式」を実践しましょう

<感染防止の3つの基本>

①身体的距離の確保



②マスクの着用



油断大敵!



③手洗い



30秒程度かけて、
水と石けんで丁寧に洗いましょう

教室掲示もしてあります。
石川県内の感染者の数は、
比較的落ち着いており
10月13日(水)現在
**ステージⅡ (感染拡大注意
報)** ですが、引き続き一人
ひとり気をつけましょう。

石川県 県民交流課 HP より

県工の新型コロナ対策は他にも…

換気のしづらい部屋には換気マシーンを置いています。

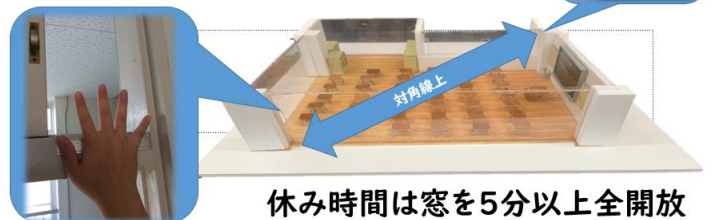


教室では、授業中の常時換気と休み時間の全開放をしています。

教室の効果的な換気

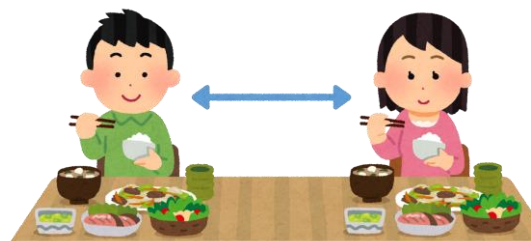
常時 対角線上の窓を
10~20cm開ける

教室掲示



昼休みは、手洗いを30秒かけてしっかり行い、
黙食をしています。

注意喚起の放送





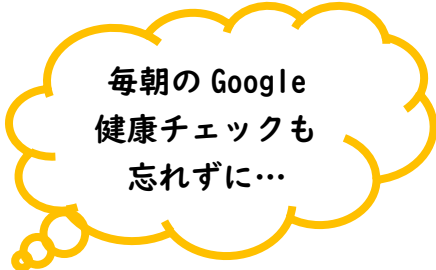
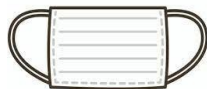
運動会・県工祭



みなさんが楽しみにしている運動会や県工祭…例年と比べ新型コロナ対策や急な寒暖差の対策をしなければいけません。楽しいだけではない、安全な行事にするためにも事前の準備などをしっかりとしておきましょう。

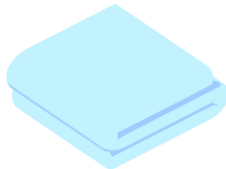
当日に用意してほしいもの

●マスク（汚れた時用に2・3枚）



●スポーツドリンクなどの飲み物

●タオル(2・3枚)



●着替え（寒さ対策も…）

はやめに受診して治療をしましょう

歯科検診後、受診や治療が必要なのに歯医者に行っていない生徒には、9月に治療勧告書を渡しました。それでもまだ**24%**の生徒しか受診していません。（10月13日現在）

渓流釣りがご趣味の

1年主任 S先生

虫歯を繰り返していました…そうしていたら、歯茎が膿んでしまいました。歯医者に行ったら麻酔無しでメスを入れられて、手で膿をとられました。あまりの痛さに涙が出てきたことを覚えています。

また、数年後2・3本の歯がだめになりブリッジを入れることになりました。10万円ほどかかりました。生徒の皆さんには30年・40年後のことも考えて歯を大切にしてください。



早めの受診が30年後、40年後にも影響するのです！
定期受診でメンテナンスをしている生徒も増えてきました。