

保健だより

12月

2014.12.17.

1A担当(莉希,弘将)

スマイル

まちがいでがと



つのみちがいをさがそう!



部屋の湿度に 50~60%
気をつけよう が目安です

うがいのしかた 2とおり
ガラガラうがいとフクフクうがい
ガラガラうがいはのどの奥を洗い、フクフクうがいは口の中をすっきりさせます。



ノロウイルスなどによる
感染性胃腸炎に注意!

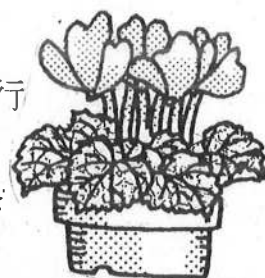
消毒液でノロウイルス対策を!

ノロウイルスには、次亜塩素酸ナトリウムによる消毒が有効です。便や嘔吐物が付着した場所・物には0.1%、感染者が触れた場所・物には0.02%の消毒液を使います。次亜塩素酸ナトリウムは塩素系漂白剤に含まれており、ペットボトルを利用すれば簡単に消毒液が作れます。500mlのペットボトルに半分くらい水を入れ、そこに塩素系漂白剤(0.1%の場合はペットボトルのキャップ2杯、0.02%の場合はキャップ半分弱)を加え、さらに水を入れて全体で500mlにします。キャップをしっかりと閉め、よく振って混ぜ合わせれば完成です。作る際はビニール手袋を着用しましょう。



庄農 保健課だより

平成26年12月発行



3年生性教育講話の感想 講師：八幡病院助産師 後藤敬子先生

生徒の感想から (12月11日実施)

- ☆ ごっとさんには、中学校の時にも講話をしていただいた。いろいろな体験話を聞き感動しました。今回の講話をこれからの人生に生かしていきたい。
- ☆ 実際に妊婦体験をさせて頂いて、大変タメになった講話だった。
- ☆ 自分のことだけでなく、相手の事を考えたうえで、お互いが望みきちんとした性知識を備えていきたいと思った。
- ☆ 親のおかげで生まれることができたので、親孝行をしていきたいと思った。
- ☆ 今回の講話で望まない妊娠でパートナーを傷つけない努力をしていきたい。また、言葉は時として鋭利な刃物になることがわかった。
- ☆ 親になった時に、奥さんに優しく手を差しのべることが大切だと気付いた。
- ☆ 傷ついている人がいたら、心にもバンソウコウをはってあげたいと思った。
- ☆ 自分を守るためにちゃんと「イエス」「ノー」をパートナーになる人に伝えていきたい。これからは、「5つのあ」を大切にして生活したいと思った。
- ☆ 人生について、子供を産み育てることについて深く考えさせられました。自分が好きな自分になることはすごく大事だと思うし、好きな人とする行為はとてもよく考えて話し合うことも大切だと思いました。
- ☆ 一番は自分のいのちを大切にしようと思いました。支え合って生きていくのが大切だと思いました。これからも頑張っていこうと思いました。
- ☆ 赤ちゃんは、あんな小さな穴ぐらだったのに、ちゃんとした赤ちゃんになるので不思議な感じがしました。
- ☆ 誰かを大切に思える気持ちって素敵だと思います。そんな人になれたらいいなあと思いました。あと、3ヶ月で家を出て社会人になります。残りの時間を大切にしたいと思いました。
- ☆ ロードオブメジャーの歌はとてもいいと思いました。
- ☆ 私はいつも親に甘えてばかりいるので、親離れができていない状態です。家に帰ったら感謝の言葉を伝えようと思いました。
- ☆ 将来への心配で埋まった自分の心が、講話を聞いて何をすべきかが少し分かった気がします。有難うございました。
- ☆ 自分を大切にして、将来いいパートナーが見つかることを願っています。
- ☆ 高校卒業前に後藤先生の講話を聞くことができ、とてもよかったですと思います。いのちの大切さ、思いやり、親への感謝を改めて感じました。

