

保健だより

田彦中学校 保健室



令和8年 1 月 30 日

朝晩の冷え込みが一段と厳しくなりました。1月中旬から市内全域でインフルエンザが流行しています。田彦中でも感染拡大防止のために学級閉鎖措置をとりました。まだまだ気温が低く空気が乾燥する時期が続きます。外出の際はマスクを付けたり、帰宅後にしっかり手洗いをしたりして予防していきましょう。



2月の保健安全目標

- ・心の健康を考えよう
- ・ゆとりのある登下校をしよう



寒暖差に気をつけて



首・手首・足首はしっかり 防寒！

インフルエンザが流行しています

現在、田彦中学校ではインフルエンザB型が流行しています。学校で体調が悪くなった場合、早めにお迎えをお願いすることがあります。ご協力お願いいたします。

	インフルエンザA型	インフルエンザB型
発症	突然高熱が出ることが多い	高熱が出るが 37～38℃台から始まることも多い
症状	強い倦怠感、頭痛が出るが多い	消化器症状(腹痛、下痢)が出る頻度がやや高い

A 型と B 型は「症状の傾向」が違いますが、症状の出やすさには個人差があります。体調が悪く感じたら、医療機関を受診するようお願いいたします。

★登校基準は「発症した後(発熱の翌日を1日目として)5日経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで」と定められています。

傷病者対応訓練&避難訓練を行いました

1月15日(木)に傷病者対応訓練と悪天候で延期となっていた体育館への避難経路の確認を行いました。

傷病者対応訓練の目的は緊急時に自分に何ができるのかを考えることです。「授業中の教室で担任が倒れた」「下校中に小学生がけがをして動けなくなった」という2つのテーマについて考えました。



【こんな意見が出ました】

①先生が倒れたら…

- ・他の先生を呼ぶ
- ・声をかける、安心させる
- ・役割を決めて行動する
- ・大声で叫ぶ
- ・AED を持ってくる
- ・周りにあるものをとける

②けがをして動けない子がいたら…

- ・大人を呼ぶ(学校、お店、消防署など)
- ・安全な場所へ連れていく
- ・見守る
- ・ハンカチで止血をする
- ・119 通報
- ・声をかける、励ます

班ごとに考えた後、「その場の安全(自分が安全であること)を確認する」「大人を呼ぶ」「他人の血液に触れない」ことを全体で確認しました。また、校内の AED の場所も写真で確認しました。

【生徒の感想より(一部抜粋)】

「臨機応変に命を守る対応が大切だと思った」
「相手の対応をするときには、まず自分が安全か確認するということを知った」
「AED は人命を救う大切な機械だと分かった」
「焦らずに、今回のことを思い出して行動したい」



↑外を歩いて体育館へ避難しています。