

ほけんだより

令和6年12月9日
氷見市立朝日丘小学校
保健室 No. 7

今年も残すところ1か月となりました。大地震から早1年が経とうとしますが、地震がある度にあの恐怖が蘇り、心へのダメージを感じます。防災対策は忘れず、でも心の傷は少しでも小さくならないと思うこの頃です。

保健集会をしました！

11月29日（金）に、保健集会をしました。劇とクイズを通して、全校のみんなに早寝や朝ごはんの大切さ、メディアを使い過ぎないこと等を伝えました。劇もクイズも、全て保健委員会の子どもが考えたり調べたりして、楽しみながら保健の知識を学んでもらえるように頑張りました。



感染性胃腸炎が流行る時期に入りました。

例年、12月に感染性胃腸炎の流行がみられます。感染性胃腸炎は、感染力が強く、適切に処理をしないと感染拡大につながります。感染を広げないために、以下のことを参考にしてください。

① 嘔吐に備えて、処理セットをそろえておくと、いざという時に役立ちます。ノロウイルスは、アルコールでは効かないので、注意しましょう。

- ハイター等の塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）
- 新聞紙やペーパータオル
- ゴム手袋
- マスク
- ゴミ袋2枚以上



② 嘔吐物を処理する際は、処理者にうつらないよう、ゴム手袋、マスク、使い捨てエプロン（あれば）を着けて感染対策をします。



③ まず、嘔吐物を新聞紙やペーパータオルで覆い、その上から水で薄めた消毒液（ハイター）をかけます。きれいに拭き取った後、消毒で拭き上げます。嘔吐物を拭いた物を捨てる際は、ゴミ袋を2重にし、ウイルスが飛ばないようにします。

