

ほけんだより 冬季休業編

令和3年 12 月 24 日
鹿児島工業高等学校
保健室

いよいよ2学期も終わり、2021年も残すところわずかとなりました。皆さんにとって、2021年はどのような1年でしたか？新型コロナウイルスの流行に伴い、感染症対策の必要性を強く意識し、自分のため、そして大切な誰かのために思い行動することができたのではないのでしょうか。来年も、感染症対策を取りながらも、生活の中に楽しみを見つけ、充実した1年にしてくださいね。

まずは、生活リズムのくずれがちな冬休みを健康に過ごせるよう、『早寝・早起き・朝ご飯』を心がけ、笑顔で元気よく過ごしましょう。

皆さん、良いお年をお迎えください。



手洗い・消毒の必要性を実感！！ ～K3のバイオ実習～



先日、工業化学系3年生が実施したバイオ実習の授業において、校内で皆さんの手が触れる部位にどのくらい細菌がついているのか調べてくれました。その結果は下の写真になります。左側は何も付着していないプレート（培地）です。右側は、校内の①エレベーターのボタン②男子トイレの手すり③女子トイレの手すりから採取した菌を培養したのになります。

※培養とは、微生物あるいは多細胞生物の細胞や組織の一部を人工的に最適な環境下で育てることです。



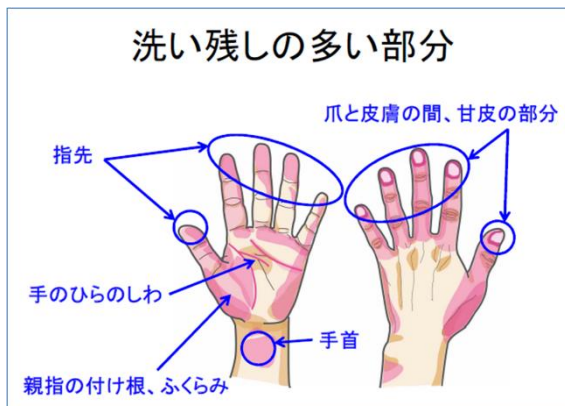
男子トイレの手すり

エレベーターのボタン

女子トイレの手すり

この結果から、皆さんの手が触れるところにはたくさんの細菌が付着しているということがわかります。手洗い・手指消毒の必要性を実感しますね。寒くなってくると、手洗いを避けがちになりますが、清潔を保つためにも、しっかりと手洗いを行いましょう。

洗い残しの多い部分



※左の図は、洗い残しの多い部分です。手を洗っても、洗い残しがあっては意味がありません。

- ①指先
- ②手のひらのしわ
- ③親指の付け根、ふくらみ
- ④爪と皮膚の間、甘皮の部分
- ⑤手首

5つのポイントを意識して手洗いを行いましょう。



治療勧告書の提出をお願いします！

＊ 保健室から、治療勧告書が配布されたにも関わらず、まだ受診・治療が終わっていない生徒は、冬休み中に病院・歯科医院で受診しましょう。

＊ 受診・治療が終わった生徒は、医師・歯科医師確認後の治療勧告書を各担任または保健室に提出してください。

冬に流行する感染症

気温の低下、空気の乾燥などにより、感染症が流行しやすい時期となりました。新型コロナウイルス以外にも注意が必要な感染症があります。代表的なものに、感染性胃腸炎（ノロウイルス等）、インフルエンザがあります。これらの感染症に罹患した場合には、登校できない期間（出席停止期間）があります。そのため、罹患した場合には、必ず担任の先生へ報告するようにしましょう。

知っていますか？SDGs

持続可能な開発目標 【SDGs】



世界を
変えるための
17の目標

S DGs（エスディージーズ）は「持続可能な開発目標（Sustainable Development Goals）」の略称です。国連サミットで加盟国の全会一致で採択された、2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標です。17のゴール・169のターゲットから構成され、地球上の「誰一人取り残さない（leave no one behind）」ことを誓っています。SDGsは発展途上国のみならず、先進国自身が取り組むユニバーサル（普遍的）なものです。

**SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS**



● SDGsの活動や取り組みは政府だけではなく、一般企業、自治体、NGO、教育機関など、あらゆる団体で行われています。

目標達成のための身近な例

- ☑ マイボトルやマイバッグの使用
- ☑ 正しい知識で感染症を予防する
- ☑ 生活習慣病への注意
(健康的なライフスタイルづくり)
- ☑ 電気や水などの資源の節約
- ☑ プラスチック製品の使用を避ける
- ☑ 海を汚さないようにする

☑ 認証マーク入りの商品を購入する

- 認証バーム油【RSPO認証】
- 熱帯雨林を保護する
「レインフォレスト・アライアンス認証」
- 海のエコラベル【MSC認証】
- 養殖水産物のエコラベル【ASC認証】
- 環境に優しい森林認証制度【FSC認証】
- …など

最

近では、いろんな会社やお店の入り口にSDGsのロゴが掲示されています。どのような活動に参加されているのかを調べてみると、みなさんとの意外な接点が見つかり、普段は気に留めていなかった会社やお店が、いまでもよりも身近に感じられるかもしれません。

また、目標達成のために一人ひとりができることのヒントが隠されているかもしれないので、見かけたらぜひ調べてみてくださいね。

