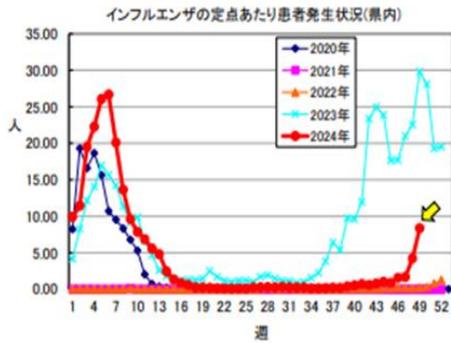


# ほけんだより vol.5

篠山産業高校  
保健室  
R6年12月

## トリプルデミック注意報発令！

今年も残すところあとわずかになりました。今季の感染症拡大はインフルエンザのみでなく、新型コロナ感染症やマイコプラズマ肺炎も流行し、トリプルデミックといわれています。本校も12月半ばから、インフルエンザで1クラス学級閉鎖、風邪症状で欠席の生徒数も急増しています。



(引用:兵庫県感染症発生動向調査週報)

トリプルデミックの影響で、薬不足になり受診しても薬が処方されない場合もあるようです。これらの感染症は飛沫感染・接触感染なので、基本的な感染症予防対策「手洗いうがい、部屋の換気、十分な休養、マスク着用」などをこころがけ、新年を元気に迎えられるよう規則正しい生活をしましょう。

## 教育相談(カウンセリング)の日

1月15日(水)	14:00~17:00	長澤先生(女性)
1月29日(水)	14:00~17:00	内山先生(男性)
2月12日(水)	14:00~17:00	長澤先生(女性)
3月5日(水)	12:30~15:30	内山先生(男性)
3月19日(水)	12:30~15:30	長澤先生(女性)

\* 申し込み方法・・・声のかけやすい先生、または保健室に申し込みしてください。

\* 場所……………心の教育相談室

## がん教育講座を実施しました 12月11日(水)

2学年を対象に、がん教育講座を開催しました。講師に、県立丹波医療センター がん性疼痛看護認定看護師の藤原美由紀さんをお招きしました。がんについての正しい知識と、規則正しい生活の大切さについてわかりやすく説明していただきました。

### 《事前・事後アンケート結果》

質問20項目のうち、事前事後で大きく変化があった項目は、以下3項目でした。

○がん検診を受けられる年齢になったら、検診を受けようと思う

…そう思う 事前 47.2%→事後 57.6% (+10%)

○がんと健康について、まずは身近な家族から語ろうと思う

…そう思う 事前 40.3%→事後 55.6% (+15.3%)

○がんになっても生活の質を高めることができる

…そう思う 事前 26.4%→事後 40.3% (+13.9%)

がん経験のある方の  
の思いを知り、考え  
を深められたので  
はないでしょうか。

### 《講座終了後の生徒の感想》

がんは、日本人の2人に1人はかかる病気で決して人ごとではないなと感じました。がんを治すためには、早期発見、早期治療が最も良いのかなと感じました。がんは怖い病気ですが僕も体に異変があると感じたら勇気を出して相談したい。

自分の健康な体づくりはもちろんのこと、家族などの身の回りの人の健康についても気をつけられるようにし、がんやその他の病気の予防や早期発見が出来るようにしたいです。

若いうちは大丈夫と喫煙や偏った食事などよくない生活をしていると大人になった時に後悔してしまうと思うので今のうちから正しい生活をしておこうと思いました。

今回の講座をうけて、がんについての正しい知識はもちろん、自分と家族や周囲の人の健康や生き方について考える時間になったと思います。今回の学びを今後の規則正しい生活習慣の確立につなげて行ってほしいと思います。