

ほけんだより9月

夏休みも終わり2学期が始まりました。充実した夏休みは過ごせましたか？2学期は1番長い学期で行事も多くなります。体調管理に気をつけ生活リズムを整えましょう。

感染拡大中!

コロナに感染するとどうなるの？

- ①発熱 ②咳や喉の痛み ③倦怠感 ④味覚、嗅覚の消失



コロナウイルスに感染しないためには一人一人の対策が必要です。感染予防として、①マスク着用 ②手洗い、手指消毒 ③体温測定 ④こまめな換気 ⑤人と距離を保つことが予防につながります。自らを感染から守るだけでなく自らが周囲に感染を拡大させないことが大切です。皆さんで心がけていきましょう！

もし、上記の症状がある時は、まず自宅で様子を観察し、症状が続くときにはかかりつけ医に電話相談をしてください。

9月は防災月間の日!!

1927年に関東大震災が起こり、9月は災害が多いことから災害に備えつつ知識を深めるために制定されました。いつ起こるか分からない自然災害なので今のうちから防災グッズを準備することが大切です。



こんなことしていませんか？

ながらスマホは視界の**95%**が見えていない!



最近、こんな事故が増えています

横断歩道で、向かってくる歩行者と正面からぶつかった

エスカレーターの降り口で転倒した

普通なら起こらないはずのこれらの事故には、“あるもの”を見ていたという共通点があります。そう、「スマホ」です。

スマホを見ながら歩く“ながらスマホ”では、視界が20分の1にまで狭まるそうです。これは、視界の95%が見えていないということ。

“ながらスマホ”では「危なかった!」では済まされない、命に関わる事故も多発しています。ちょっと見るだけ——が、事故やケガにつながる危険があることを忘れないで。



献血について考えようvol.3

~骨髄バンクってなんだろう?~

骨髄バンクとは、白血病をはじめとする血液疾患のため「骨髄移植」などが必要な患者さんと、それを提供するドナーをつなぐ公的事業のこと。

ドナーが見つかる確率は、兄弟姉妹間では4分の1。

他人の場合では約数百~数万分の1。

移植を希望する全ての患者さんがチャンスを得るためには、一人でも多くの方のドナー登録が必要です。ドナー登録は2mlの採血で完了し、献血の時に一緒に登録ができます!

命のボランティアしてみませんか?

