

ほけんだより

2月

石川県立工業高等学校 保健室



冬の感染症にご注意!

もうすぐ立春とは言え、まだまだ寒さが厳しいですね。
県工の生徒は、グラウンドに積もった雪で元気に雪遊びを楽しんでいます。
3年生は高校生活が残りわずかとなりました、体調を万全にして元気に過ごしましょう。

✓ 予防のキホン! 手の洗い方

1 石けんをつけ
手のひらをこする



2 手の甲を反対の
手でこする



3 両手を組んで
指の間を洗う



4 指先と爪の間を
こする



5 親指をねじる
ように洗う



6 手首をねじる
ように洗う



洗った後は、水で流し
清潔なハンカチなどで、
しっかり乾かしましょう



キモチワルイ… 吐き気・嘔吐

冬に特に流行するのが「**感染性胃腸炎**」

症
状

吐き気
嘔吐
下痢
腹痛
発熱 など

対
応

吐き気を感じたらすぐトイレへ。エチケット袋も用意。
吐物は手袋・マスクで処理。塩素系漂白剤で消毒。
作業後は石鹸でしっかり手を洗う。
30分～1時間は何も与えず安静にし、脱水予防に
経口補水液などを少量ずつ頻繁に飲ませる。



インフルエンザBにも注意!

11月に**インフルエンザA型**が流行した県工。現在は、大きな流行はないものの**インフルエンザB型**にかかる生徒がでています。すでに**インフルエンザA型**にかかっても**B型**にかかることがあるので気をつけましょう。





11月に行った県工周辺の地形探索の様子

金沢大学名誉教授の塚脇先生と2年生有志が県工周辺の地形探索を行いました。能登半島地震のお話や地震を引き起こす活断層の基礎知識を踏まえた上で、森本富樫断層帯の付近を歩いてみました。県工周辺がどのような地形で、どのような対策が必要なのかを知ることができました。

もしも金沢で地震が起こったら！

防災学習発表会

2年生LH



2年生感想

・夏休みに実際、能登に行く防災プログラムに参加した。地震の怖さを感じたとともに金沢でも起きうる事象なんだと思った。

「自分の住んでいる場所を地形的にどう見るのか」という視点で、今までの防災教育とは異なる認識を持つことができた。

・能登半島地震の被害が大きかったのは知っていたけれど、その詳細は全然知らなかったので今回学ぶことができて良かった。



防災リュックや応急処置も学びます

