



石川県立金沢向陽高等学校
保健室

新型コロナウイルス感染症の広がりを受け、3月6日まで石川県全域を対象に「まん延防止等重点措置」が適用されています。

「新しい生活様式」の徹底等、引き続き感染症対策をお願いします。

コロナ？ インフル？ ただのカゼ？

味覚異常		咳		鼻水	
嗅覚異常		息切れ		急な高熱	
			筋肉痛・関節痛		のどの痛み

特徴的な症状があるけれど… 見分けるのは難しい！

心配な症状があるときは、人との接触を避け、医師の診察を受けましょう

3月3日は、
33(みみ)
耳の日

耳を大切に！

与えていませんか 耳にダメージを

	ヘッドフォン・イヤフォンで大きな音を聞きつづける		耳元で大きな声でしゃべったり耳をたたいたりする
	耳そうじのやりすぎ		ピアスをつける

学校でのケガで受診…

医療費の申請はお済みですか？

申請できるのは事故発生日から2年間。お忘れのないように…

＜日本スポーツ振興センター災害共済給付金制度のご案内です＞

災害共済給付に必要な申請用紙は保健室にあります。学校管理下のケガで受診した方は申し出てください。

学校保健委員会を開催しました

今年度の学校保健委員会を2月17日（木）に開催しました。
その内容について、一部をご紹介します。

的場宗敏 学校医より

「内科検診で問診を見ていると、頭痛や腹痛にチェックがついているものが多い。それで詳しく話を聞くと、急いで受診が必要というより、まずはストレスを和らげたり、生活リズムを整えるなどして、改善を図る方法もあると考えられる。」



吉田哲 学校歯科医より

「夜遅くまで起きていると、どうしてもついつい食べたり飲んだりすることが多くなる。歯に飲食物が残る時間が長くなることで、むし歯がでやすくなる。」

「スマホで、画面を見るときに下を向くので、そこでTCH(歯列接触癖)になりやすい。自然な状態では上の歯と下の歯は接触していないのが普通だが、下を向くことによって上下の歯が当たり、そこから顎関節や側頭筋に負担がかかって頭痛が起こることがある。」

このほか、上田和雄 学校薬剤師より、学校環境衛生等について、お話がありました。

今後の保健活動に生かすための、有意義な会議になりました。



たくさんの
思い出とともに...



たくさんの
思い出とともに...



まちがいさがし・・・上の2つの絵を見比べて、7つのまちがいをさがしましょう!