

Fine Heart

平成28年11月
妹尾中学校
保健室



どうして冬に **かぜ** や
インフルエンザ が流行するの？

冬になると、かぜやインフルエンザのウイルスは、乾燥した空気中に舞い上がって活発に活動できます。

これに対して人間は、のどや鼻の粘膜が乾燥して弱り、体温も低くなるため、抵抗力が下がってしまうのです。



キーワードは
低温・乾燥

そこで…

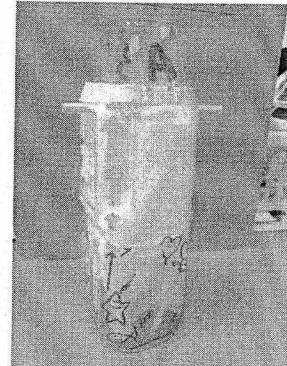
先日の保健体育委員会の時に、各教室に「手作り加湿器を置こう！！」ということで、ペットボトルを利用した加湿器作りをしました。

作っている様子



用意するもの
・500mlのペットボトル
・棒
・ガーゼ数枚

完成した作品



作り方

- 1) ペットボトルの上方を切り取る
- 2) 上の方を四角く切り取り窓を作る
- 3) 反対側も同じように切り取り、棒を通す穴を開ける
- 4) 棒を通してガーゼをぶら下げる
- 5) 水を入れたら完成！！

ただし…この程度の加湿器では教室の湿度を上げるのは正直厳しいです！！濡らしたタオルを干したり、バケツに水を入れて置いたり、さらに工夫が必要です。

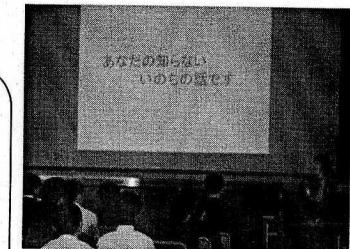
「性教育講演会」がありました

11月11日（金）に1年生を対象に「性教育講演会」が実施されました。これは毎年、外部から講師をお招きし、いのちや誕生に関するお話を聞き、自分も他人も大切にする心を育てる目的で実施しています。今回は助産師の東森二三子先生をお招きして「いのちのバトン」という演題でお話をいただきました。その中で、「生命誕生の確率はとても低く、生まれてくるのは奇跡であること」、「思春期とは、心のへその緒を切って大人に生まれ変わる時期であること」などのお話をいただきました。講演を聞いた生徒の感想を紹介します。

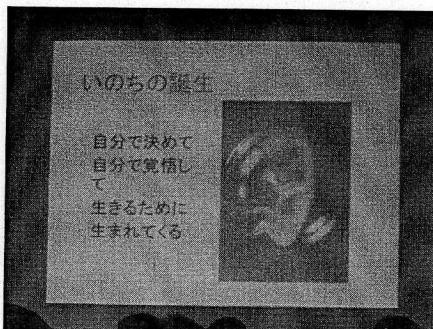
-お話を聞いての生徒の感想-

私が生まれてきたのは簡単ではないこと、そして命はとても大切だということを知ることができました。

これから大人になっていくにつれて反抗期もあると思うけど、頑張って産んでくれた親に感謝して、これから生きていきたいと思います。



「いじめ」のお話では、自分はいじめられていないから大丈夫なんじゃなくて、いじめられている人や1人でなやんでいる人がいたら、その人をたすけてあげないといけないことがわかりました。



今回の授業で改めてお母さんに産んでくれてありがとうという気持ちになれました。

保健室からのお知らせ

12月14日 水曜日 8:55~9:40に、学校薬剤師の奥山 勝敏先生を講師にお迎えして、2年生を対象に薬物乱用防止教室を行います。「体験して学ぶ薬物乱用の危険性」と題して、妹尾中学校体育館での講演となります。たばこや薬物に対する正しい知識を持ち、氾濫する薬物の情報に惑わされず、適切な意志決定や行動選択が出来る態度を育てる目的で実施します。薬物のことを考えるよい機会で、保護者の方はどなたでもご参加いただけます。防寒対策をして、ぜひお越しください。