

保健だより 1月号



平成29年 1月19日
鳥取西高等学校

県内ではインフルエンザが流行しはじめている状況です。幸いにも、本校では、1年生を中心に若干名の欠席がありますが、大流行には至っていません。今後も、予防継続に努めてほしいと思います。

県内で、インフルエンザの流行が始まりました。

- 一人一人の取り組みによる感染予防・感染拡大防止への協力が求められています。
 - ・こまめな手洗いを心がけましょう。アルコールによる手指の消毒も効果的です。
 - ・睡眠を十分に取り、栄養に気をつけましょう。
 - ・咳やくしゃみなどの症状がある場合は、咳エチケットを心がけましょう。
 - ・インフルエンザ様症状がある場合はマスクを着用して早めに医療機関を受診し、医師の指示に従い治療しましょう。

【参考】鳥取県のインフルエンザ対策（鳥取県福祉保健部）<http://www.pref.tottori.lg.jp/253961.htm>

○校内では、教室の換気、手洗い&手指アルコール消毒を促しています。



生徒保健委員会では、「生徒による生徒のための感染症予防・プロジェクト」として、「**睡眠6時間確保・朝食100%摂食・マイマスク**（家庭からマスクを持って来よう）」を呼びかけています。規則正しい生活習慣を心がけることで、自己管理することを今年もめざしていきましょう。

○疑わしい時は、医療機関へ受診をしてください。出席停止扱いになります。

学校保健安全法におけるインフルエンザの出席停止期間は、

「**発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで**」となっています。

なお、**出席停止日数の数え方は、発症（発熱）日を0日として考えます。**

※ 出席停止用紙は、西高ホームページの「保健室より」からダウンロードして活用してください。



日本学校保健会から表彰していただきました。 「全国健康づくり推進学校優秀校」を受賞しました。

日時 平成29年1月14日（土）
会場 日本医師会館（東京都）
概要 「全国健康づくり推進学校」
最優秀校6校、優秀校10校
（特別協賛社賞1校含む）、
優良校81校が表彰されました。



この表彰は、生涯を通して、よりよく健康を保持増進するためには、幼少年期からの生活習慣や環境など健康的な生活行動が大きく影響し、学校における健康教育、健康管理は重要であるという観点から、学校と家庭、地域社会と連携を図り積極的に健康づくりを推進し、成果を挙げている学校を表彰し、もってその充実・普及を図ることを目的に、日本学校保健会（後援 文部科学省、厚生労働省）が毎年実施しているものです。

本校では、ここ数年の生徒保健委員会活動を中心とした生徒主体の健康教育の実践や学校医・学校歯科医・学校薬剤師・保護者等の支援による生徒の学校保健管理の徹底等が評価され、「全国健康づくり推進学校優秀校」（全国2位相当）として表彰されました。



（平成 25～28 年度の生徒保健委員を中心とした生徒主体の健康教育の実践が評価されました。）

これからも学校関係者・保護者・地域の支援とともに 健康教育を推進していきたいと思いを。

12月8日の学校保健委員会は、大変充実した会であったと思います。特に、生徒保健委員会の活動は、生徒自ら健康の意味を見出そうと真剣に活動されていることがわかり、感心しました。

また、保護者のPTA保健環境委員会の皆さんも、生徒の「心とからだの健康」の問題に正面から取り組んでいらっしゃいます。このような活動を通して、学校全体として健康教育を推進していらっしゃることに敬意を表します。（学校歯科医・松本修司先生より）