



12月の保健目標 冬を健康に過ごそう

県内では感染性胃腸炎警報が発令されています。また、全国的にインフルエンザの流行期に入りました。昨シーズンより1か月も早いシーズン入りです。今一度、感染症の予防について見直し、実践してください。

感染性胃腸炎・インフルエンザの感染ルート

飛沫感染

くしゃみや咳をしたときに出るウイルスが混じったしぶきを吸い込むことで感染する。

接触感染

ウイルスの付いたものなどに触った手で、口や鼻を触ることで感染する。

予防のポイント

- 換気をする。
- 人ごみは避ける。
- かぜ症状のある場合はマスクを着用する。
- 石鹸で手洗いをする。
- 顔を触らない。
(特に粘膜のある口・目・鼻を触らない)

感染ルートが分かれば予防方法は⇒わかりますね

事前学習会

エイズについて正しく理解するための学習をしました。(11月22日)
講師：角田保健師さん(鳥取保健所)



学習した中から、保健委員が特にみなさんに知らせたい情報とコメントを紹介します。

エイズの基礎知識

HIV感染、その後の無症候期
HIVに感染しても、それに由来する症状はありません

エイズ発症
日和見免疫応答の劣化

治療の進捗によって、エイズ発症を予防したり遅らせたりすることが可能です。また、発症しても治療で免疫力を再び高めることもできます。きちんと医療機関で継続して治療を受けることが、HIVへのひとつの重要な対応です。

出典：エイズ予防財団「HIV・エイズの基礎知識」

保健委員からのコメント

HIVとエイズ(AIDS)の違いをはじめて知りました。感染しても症状が現れない時期があることを理解し、エイズ発症によって命を失う危険があることを知りました。

保健委員からのコメント

HIVの検査は匿名、無料で受けられます。少しの採血で結果が分かります。

エイズの基礎知識

くわしく知っておきたい検査のこと
検査の流れ(速效検査)

検査当日受付
検査前相談
採血
結果説明と検査後の相談

この間、通常1~2週間かかります。

約1mlの血液をとります。

匿名の検査
HIVに感染していません。ただし、感染の可能性のある場合から3か月以内に検査を続けていた場合は、感染していないことを確認するために、その検査から3か月後にも再検査を受けましょう。

陽性の場合
HIVに感染している可能性があります。匿名検閲で精密な検査を必ず受けてください。
陽性は、医療の進捗により発症までの期間を大幅に短縮することができます。また、保健所や医療機関では、いろいろな相談に応じています。必要なときには連絡してみましょう。

出典：エイズ予防財団「HIV・エイズの基礎知識」

保健委員からのコメント

僕たちもエイズのことをよく知らなかったし、知らない人も多いと思うので、この機会にぜひ知ってもらい、知識を深めてもらいたいと思います。

世界エイズデーについて

>WHOは、世界的レベルでのエイズまん延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を図ることを目的に、12月1日を「World AIDS Day」と定め、エイズに関する啓発活動を提唱した。

>日本でもその趣旨に賛同し、12月1日を中心にエイズに関する正しい知識の啓発活動を推進している。

2016世界エイズデーの趣旨

- 治療法の進歩により、エイズの原因ウイルスであるHIV(ヒト免疫不全ウイルス)に感染したHIV陽性者が長く生きていくことが期待できるようになった。
- これは、社会的に既に多くのHIV陽性者が働き、学び、生活していることを示している。
- 職場や学校、医療機関など様々な場所でHIV・エイズに対する差別・偏見の解消を図り、HIV陽性者が社会で安心して生活できるよう、環境を整えることが重要である。

保健委員からのコメント

HIV陽性者やエイズ患者が過ごしやすい社会をつくるために、私たち八頭高生もHIVやエイズについて学び正しく理解することが大切です。

2年生保健委員が
ハート形に切る作業中

「私の大切なもの、こと、
人、時間」を書いてもらいま
した。〈生徒玄関展示中〉



12月6日(火) **世界エイズデーキャンペーン**実施 (考査終了翌日に実施)



エイズに関するパンフレットを登校してきた生徒に配布しながら、エイズ予防啓発に努めました。

図書館とコラボ企画

エイズに関する本・性感染症に関する本が展示してあります。ぜひ読んでください。

エイズに関するパンフレット読書中

(Act Against AIDS～AAA運営事務局発行)

保健室コラム

2年生保健委員の活躍に拍手！！

このたびの世界エイズデーに関する取り組みは、2年生保健委員が中心となって活動しました。ランチミーティング(昼食をとりながら話し合い)でアイデアを出し合い、委員長を中心としたメンバーの取り組む姿に、自分たちの健康生活は自分達で、そんな思いが伝わりました。次回の活動予定内容は、「感染症予防」です。今度は1年生が中心に活動します。1年生保健委員の活動に期待したいと思います。

