

ほけん だより 12月

◇今年1年どんな年でしたか？今年のあなたを漢字で表わすと？

毎年12月12日に『今年の漢字』が発表されます。京都の清水寺で、お坊さんがその年を象徴する漢字一文字を書いている姿をニュースで見たことはないですか？毎年『いい字』を『一字』は覚えてほしいという意味も込められているとか…。

あなたの2015年を表わす漢字は何ですか？

○今年1年を振り返ってみよう！

- 楽しかったことは？
- 嬉しかったことは？
- 自信がついたことは？
- やり残したことは？



保護者様へ

先日「インフルエンザによる出席停止の取り扱いについて」のプリントを配布しました。これはインフルエンザに罹患した場合に使用するものです。家庭での保管をお願いします。

12月1日は世界エイズデー！！

◇HIVとAIDS(エイズ)の今は？

○2014年末時点で、日本の

HIV感染者は …16,903人

エイズ発症者は… 7,658人

○2014年に日本で新たに報告された

HIV感染者は …1,091人

エイズ発症者は… 455人

【平成26年エイズ発生動向(厚生労働省エイズ動向委員会)】

HIVとは…エイズウイルスに感染しているが、発症していない状態

AIDS(エイズ)とは…HIV(ウイルス)の感染から免疫力が低下して、色々な疾患(厚生労働省の決めた疾患)を発症した状態

予防対策

HIVは感染者の血液や精液、膈分泌液などにいますが、感染力は弱く、日常生活(あく手・入浴・プール・缶のまわし飲み)ではうつりません。

感染の危険があるのは次の3つです。

- ①性的な接触による感染
- ②血液中を介しての感染
- ③母親から赤ちゃんへの母子感染

また、他人の血液に直接触れないことを心がけていきましょう。

その人のこと
きちんと知っていますか？



安易で無防備な
性行為から、HIVに感染することがあります。



←レッドリボン…エイズに苦しむ人々への理解と支援の意思を示すシンボルです。

このうち、
20歳代は349人、
30歳代は347人と、
圧倒的に多い！

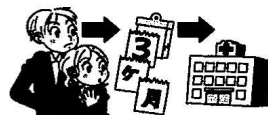
今10代のあなたたちから感染者ゼロに！

～そのために今から正しい知識を身につけていこう～

エイズの問題は、みなさん一人ひとりの生き方と深く関わっています。どこか別の世界の出来事ではなく自分自身の問題と考えることがHIVやエイズへの理解と感染予防の出発点となります。

早期発見

HIVに感染しても自覚症状がない期間が数年続きます。その間に他人にうつす危険もあります。『もしかしたら』と思ったら保健所や病院での検査が必要です。(無料・とく名で検査可能！)ただし、HIV抗体は感染から3か月経たないと検出されません。



治療の今

今はまだからだの中のHIVを取り除くことはできませんが、HIVが増えるのをおさえる薬があります。HIVに感染、エイズを発症してもきちんと治療すれば普通の生活も送れます。

ただし、エイズを発症してしまうと治療はむずかしくなるので、早期発見・早期治療が重要となります。



◇ノロウイルス変異で大流行の恐れ！

感染性胃腸炎の患者発生は、例年、12月の中旬頃にピークになる傾向があります。この時期に発生する感染性胃腸炎のうち、特に集団発生例の多くはノロウイルスによるものであると推測されています。今、このノロウイルスが変異をして、人が免疫を持たない新たなウイルスになっているために、この秋以降、大流行の恐れがあり、懸念されています。

- 症状…ノロウイルスはおう吐や下痢などの胃腸炎を起こすウイルスで食中毒の原因になります。ノロウイルスは感染すると24～48時間程の潜伏期間を経て感染症や食中毒を発症すると言われています。初期には微熱が出ることも多いですが、たいていはいきなりつらい症状が起こります。お腹がどンドン痛みだし、やがてこみあげるような痛みや不快感、吐き気をもよおします。中には1日に何度も吐いたという人も多く、やっと吐き気がおさまったと思ったら、今度は下痢が続いて水のような便が出ることもあります。免疫力の低い高齢者や乳幼児は症状が重くなる場合が多いのが特徴です。
- 治療…ノロウイルスのワクチンや特別な薬はないため治療はおう吐や下痢によって脱水症状を起こさないように水分補給をする対症方法が中心です。このときに吐き気や下痢止め薬を服用しないように注意してください。
- はいせつ物やおう吐物の処理方法
まずは汚物をペーパータオル等で可能な限り除去し(大便是流す)、ウイルスの量を減らしてから次亜塩素ナトリウムの消毒液で徹底的に消毒してください。処理を素早く確実に行うことで感染と汚染拡大を防ぐことができます。
- 予防や対策…①十分な手洗い ②食べ物の加熱をしっかりとる ③調理器具の消毒

◎各自、手洗いをしっかりと、手洗い後は、自分のハンカチ・タオルで手をふこう(共用禁止)！