



12月の保健目標

石けんで手を洗おう！！

風邪に何度もかかるのはどうして？

病 気の中には、感染すると体を守る免疫という機能が病原菌の種類を覚え、次に体に入ってきたときにはガードできるようになる（二度とかからなくなる）ものもあります。

でも、風邪は何度もかかってしまいますね。これは、病原菌が少しずつ形を変えているから。免疫機能がせっかく病原菌を覚えても、形が変わるせいでガードしきれないのです。

でも、自分でできる予防方法があります。それは、病原菌を体内に入れないための、毎日の手洗い。ほとんどのウイルスはせっけんを使ったていねいな手洗いで洗い流せます。手を洗うとき、ちょっと水で指先をぬらすだけで終わっていませんか？ ドキッとした人は、もっと良くするチャンス。自分で自分の体を守りましょう。

空気の乾燥が気になる季節！感染症に要注意！！

先日、テレビのニュースで「感染ドミノ」という言葉を耳にしました。ん？何じゃそりゃ？初めて聞いた言葉でしたが、あっ、そういうことか…と納得！

「ドミノ現象」という言葉は聞いたことありますよね？あることがきっかけとなり、同じようなことが次々と起こること。その言葉に似せて、1つ治ったらすぐに別の感染症にかかってしまうことを「感染ドミノ」とよんでいたようです。そういえば、岩国市内でもいろんな感染症が発症しています。

R6.12.12 岩国市	岩国市(内訳)				岩国市全体	山口県全体
	幼稚園	小学校	中学校	高校		
インフルエンザ	7	41	5	6	59	920
マイコプラズマ肺炎	3	7	3	3	16	115
コロナウイルス	0	2	0	2	4	96

山口県全体の
学級閉鎖
27クラス

学年閉鎖
5学年

※岩国市内は今のところ学級・学年閉鎖はしていません。

左の表に載せている感染症以外にも、溶連菌感染症・手足口病など同時に多くの感染症が発症しています。「感染ドミノ」は、体が弱った状態で次々に別の病気に感染してしまうのが原因です。

手洗い・換気・うがい、そして何より基本的な生活習慣で病気に負けない体力をつけておくことが大切です！ どうか「早寝早起き朝ごはん」は強力な武器ですよ！！

