

ほけんだより2A



12月を「師走」とも言います。「お坊さんが一番忙しいとき」「先生があわただしくするから」など諸説がありますが、1年の最後で師が走り回るほどの忙しさからついた別名です。
みなさんも年末の忙しさで忘れていないことありませんか？

- 朝ごはん**
 時間がなくて食べていない…という人は、30分早く起きてみましょう
- メディア**
 ゲームやスマホに夢中で時間を忘れていませんか？決めた時間を守りましょう
- 手洗い**
 外から帰ったとき、トイレのあと、食事の前などは、忘れず手を洗いましょう
- 病院受診**
 健康診断で気になることがあった人は、今年のうちに受診するのも忘れずに

コロナ？ インフルエンザ？ カゼ？ 症状はどう違う？

よく似た症状が多く、自分では判断できないことがほとんどです。「体調が悪いな」と思ったら、早めに休みましょう。

病名と症状	せき	熱	倦怠感	頭痛	下痢	のどの痛み
新型 コロナウイルス	☹️	😊 平熱 ~ 高熱	☹️	☹️	😊	☹️
インフルエンザ	☹️	😊 高熱	☹️	☹️	☹️	☹️
カゼ	☹️	😊 平熱 ~ 微熱	☹️	😊	😊	☹️

☹️ … 高頻度 😊 … よくある 😊 … ときどき 😊 … まれに ※無症状の場合を除く

🦠 ウイルスの入り口は 目・鼻・口

手についたウイルスから感染することも…

- 手で顔やマスクをさわらない。
- 石けんでていねいに手を洗う。

🗑️ マスクの捨て方

1. ひもを持ってはずす
2. ゴミ袋はしっかりくる
3. ゴミを捨てたあとは手を洗う
4. そして、感謝

🧑🏻‍🦱 HIVとエイズの違い

エイズとは、HIV（ヒト免疫不全ウイルス）に感染することで起こる病気です。でも、HIV感染＝エイズではありません。

HIVの主な感染経路は、性的接触、注射器の使いまわし、母子感染です。HIVに感染しているかどうかは、検査でわかります。エイズは…

HIV感染後、自覚症状のない無症候期が数年続き、進行すると、免疫力が低下して病気にかかりやすくなります。

代表的な23の疾患があり、どれか1つでも発病するとエイズ発症と診断されます。

現在は、いろいろな治療薬があり、きちんと服薬すればエイズ発症を予防できます。

12月1日は「世界エイズデー」
エイズのこと、考えてみましょう



スマイル ~スマホ時代のリスクマネジメント~



すでにスマートフォンを持っている人もいれば、いつかは持ちたいと考えている人もいるでしょう。とても便利なスマートフォンですが、リスクについてどこまで知っていますか？3つの項目についてチェックして見ましょう。

チェック 1

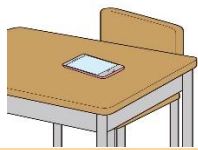
身に付けていないときや落としたときのために
スマホにパスワードをかけてロックしている

チェック 2

Twitter や Facebook などのアプリを使う
ときは位置情報機能を必ず OFF にする

スマホは個人情報の宝庫

必ずロック



家族や友だちの
プライバシーも守る



うっかり自分の居場所を知らせてしまうことがあります



位置情報機能をOFFにする

チェック 3

「〇〇死ね」「〇〇うざい」と書き込むだけで、罪に問われることがあることや、18歳未満の者は被写体とした下着姿や裸の写真・動画を撮影することは、たとえ自分が撮影（自撮り）したものであっても違法になる可能性があることを知っている

軽い気持ちで書き込みをした

〇〇死ね

〇〇うざい



侮辱罪

ぶじょくざい

学校に来たら危害を加える



脅迫罪

きょうはくざい

期末試験を中止しないと学校を爆破する



威力業務妨害罪

いりょくぎょうむぼうがいざい

〇〇が援助交際をしているらしい



名誉毀損罪

めいよきそんざい

知らなかった、冗談でやった、では済まされない

ふざけて撮った画像が流出

遊び半分で撮った
写真が流出



児童ポルノ製造罪

被写体が18歳未満であれば、同性でも、自撮りでも
罪に問われることがある

遊び半分でやったという言い訳は通用しない

