

保健だより

魚住東中学校 保健室
令和2年度

8月

1学期に実施予定だった健康診断を2学期の最初に実施します。日程は下記の通りです。

詳しくは各学年の学年だより等で確認しましょう。

★検診に必要な調査票を配布します。提出期限を守りましょう。⇒ **7/29** までに提出!

①結核問診票

②運動器検診保健調査

全学年

③心臓病調査票→1年生のみ

定期健康診断日程

項目	対象			日時	7/27現在
	1年	2年	3年		
心電図検査	○			8月27日(木) 13:30~	★体操服で実施
尿検査	○	○	○	8/27(木) 9:00までに提出(9/4追検査 9/17再検査)	
内科健診	○	○	○	8/24(火) 9/1(火) 9/4(金) 13:30~	★体操服で実施
歯科健診	○	○	○	未定	
耳鼻科健診	○			8/26(水) 9:50~	
脊柱側弯検診	○			9~10月	★体操服で実施
眼科健診	○	○	○	8/19(水) 9/30(水) 13:30~	

～スマホとの付き合い方～

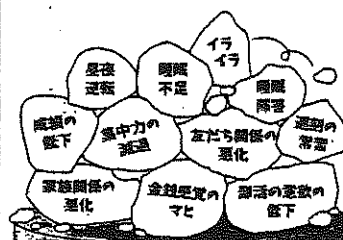
緊急時に非常に役に立つ優れたものです。身を守るために役立つものである反面、命を危険にさらす原因にもなります。安全に使いこなさなければなりません。

スマートフォンを
だだだ使っちゃう
理由はなに?

友だちを失くしたくないから?
すぐに反応しないと相手に悪いから?
話題についていけないから?
次々とクリアする(ゲームの)目標があるから?
ゲームの対戦相手が持っているから?



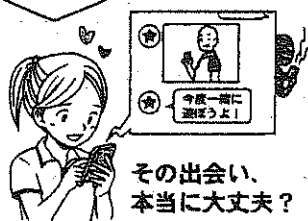
こんなリスクもあるよね



真やしている時間と理由に
問題があると思った人は、
自分なりのルールを決める
ことから始めよう。



見知らぬ人の出会いは怖い!
生きて帰ってこれないかもしれません!



その出会い、
本当に大丈夫?

© 少年福祉新聞社 2020

▽毎年“夏休み”のこの時期ですが、今年は休校の影響で8/7まで登校となります。
早寝・早起き・朝ごはんを実行し、あともう少し頑張りましょう*
▽暑さ対策をしましょう。帽子の着用・水筒持参・日傘の利用もOKです。
汗拭きタオルも必要です。



未成年飲酒
おまかせ! NO
宣言
言える人になろう

どんな風に誘われたら、どう断りますか?

「お酒に酔う」って、どういうこと?

アルコールの分解中に体内で発生するアセトアルデヒドは、神経毒性を持っています。この毒性が作用すると、顔が赤くなる、おしゃべり・多動になる、手足になるなどの「酔った」状態になるのです。神経の深くに到達すると、意識を失ったり、呼吸中枢まで麻痺させ呼吸停止すること。

アルコールの分解中に体内で発生するアセトアルデヒドは、神経毒性を持っています。この毒性が作用すると、顔が赤くなる、おしゃべり・多動になる、手足になるなどの「酔った」状態になるのです。神経の深くに到達すると、意識を失ったり、呼吸中枢まで麻痺させ呼吸停止すること。

未成年で飲み始めた人はアルコール依存症になりやすいと言われています。依存症になると、飲んではいけない場面でも飲まずにはいられず、酒断も大変です。

将来、子どもが欲しいから

性ホルモンに作用し、二次性徴に影響が出る危険があります。インボテブツや月経の調節にもなります。

未成年が
お酒を飲むと
危険だから

未成年はアルコールの分解能力が未熟で、少量でも急性アルコール中毒になり、命に関わる場合も、脳障害や肝臓などの後遺症が残ることもあります。

お店の人に迷惑をかけたくないから

未成年にお酒を提供したお店には、50万円以下の罰金。また、保護者や監督代行者が未成年飲酒を止めなかった場合も、罰金に処せられます。

あなたは断りますか?

考えてみてください

未成年喫煙しません

NO

宣言!!

飲酒と同じくタバコも20歳までは禁止です。法律で定められています。それは、成長を阻害する有害物質が含まれるからです。喫煙エリアへの立ち入りも禁止です!!