

ほけんだより

茨木市立北中学校

2022年 1月

2022年がスタートしました！冬休み中は元気に過ごせましたか？つい不規則な生活をしたり、食べすぎたりしていませんか？生活リズムがまだ冬休みモードの人は、規則正しい生活習慣に戻していきましょうね♪

今年もみなさんが、心もからだも元気に過ごせることを願っています！



色覚検査についてのお知らせ



色覚検査って
なんだろう？

信号機の色が見分けにくいな

色使いが友達と少し違うな

黒板の色の違いが分
かりにくいな



このように色の見え方で
困っている人の為の検査です

現在、色覚検査は定期健康診断の検査項目ではありません。しかし、色の見え方に特性がある人は、男子の約5%（20人に1人）、女子の約0.2%（500人に1人）の割合で見られます。色によって見分けにくいことがある程度で、日常にはほとんど不自由はありませんが、希望者を対象に色覚検査を行います。検査結果は、保護者にお知らせします。

色覚検査をご希望の場合は、各学級担任か保健室までお伝えください。後日、希望者に個別で日程を連絡します。色覚検査は、保健室にて行います。

受付期間 1月17日（月）～1月31日（月）まで

かぜ・ひきはじめの注意

無理をせず体を休ませる ことも心がけましょう。 早め早めの対策が、 早く元気になるためのカギ。 温かくして ゆっくり休もう。	しっかり食べて 栄養をとりましょう。 特に ビタミンCも たっぷり！ 早め早めの対策が、 早く元気になるためのカギ。 温かくして ゆっくり休もう。	室内の温度・湿度にも 気を配りましょう。 湿度は 70% 前後 温度は 21～24℃
急な高熱、ひどい頭痛や筋肉・関節の痛み... こんな症状のときは インフルエンザかも!? 早めに病院へ行き 治療を受けましょう。		

★インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症は出席停止です。診断された場合は、速やかに学校に連絡してください。学校から〔出席停止解除および登校届け〕を渡しますので、保護者が記入して担任までご提出をお願いします。

オミクロン株急増中！

昨年の12月頃から、新型コロナウイルスの変異株であるオミクロン株について、ニュース等よく耳にするようになりました。

オミクロン株とは、従来の新型コロナウイルス感染症よりも感染力が非常に高く、潜伏期間が短いのが特徴です。引き続き、感染拡大防止の為にも、気を抜かずに感染対策の徹底を改めて心がけていきましょう！

新型コロナウイルス感染症の最新情報や関連情報は、大阪府や茨木市のホームページに載っています。



厚生労働省



大阪府ホームページ



茨木市ホームページ



ネットの情報には間違った情報等も含まれているので気を付けてください。
信頼のできる情報かどうかしっかり自分で判断しましょう！