



2024年がスタートしました。皆さんは今年1年の目標を立てましたか？どんな目標を達成するにも努力を積み重ねることが大切です。また、3学期は新年度へ向けての準備期間で、この時期の過ごし方が大切になってきます。健康管理には気を付けて、学習や部活動に取り組みましょう。今年も皆さんが健康で元気に過ごせるよう、応援しています！

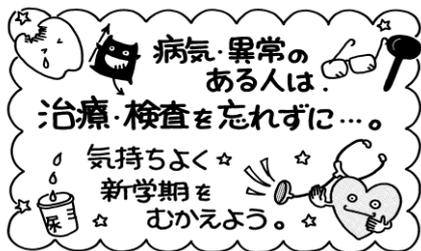


## 感染性胃腸炎ってなに…？

最近インフルエンザと同様、全国的に流行っている感染性胃腸炎。原因となるウイルスや細菌には「ノロウイルス」「ロタウイルス」「アデノウイルス」「大腸菌」「サルモネラ菌」などがあります。症状は、腹痛、吐き気、下痢、嘔吐、発熱がみられます。その予防には、**特に手洗いが重要**です！もう一度、自分の手の洗い方を見直してみましょう。

いつもの手洗い  
正しくできてる？

石けんと流水で**30秒以上**  
しっかりと洗おう！



## 視力、歯科は受診していますか？

4月に視力測定、歯科検診など健康診断を行い、10~12月に受診勧告書未提出の生徒（現在受診中も含む）を対象に保健室と担任・部活動顧問の先生方にもご協力いただき、受診指導を行いました。最終提出〆切は、**1月31日（水）**です。

1月12日現在の受診率は視力**53.4%**、歯科**40.3%**です。**昨年と比べると30%ほど低い**です…。放置していても、視力やむし歯が改善することはないので、まだ行っていないという人は、予約を入れて受診するという行動に移しましょう。受診が済んでいて、まだ受診勧告書を提出していない人は、保健室へ提出してください。受診勧告書をなくした場合は、再発行しますので保健室へ連絡をお願いします。

## 健康目標を立てよう

去年は風邪などの病気やケガをしませんでしたか。1年間、健康に過ごせたか振り返って、新しい1年を元気に過ごすための、新年の健康目標を立ててみましょう。

### \*カウンセリングの紹介\*

- カウンセリングを希望する人は、担任・副担任の先生が保健室に相談してください。
- 人数が多い場合は時間調整等を行い、日時の決定をします。
- 1回の相談時間は、基本的に45分程度です。
- 保護者の方のみの相談も可能です。
- 相談内容の秘密は守られます。

カウンセラー	今後のカウンセリング予定
丸内弥生先生	1月25日(木), 2月28日(水)

時間：13:15~16:15

相談場所：大島高校 教育相談室(管理棟4階)



## 「はたちの献血」キャンペーン 1/1~2/29

10代や20代のみんなに献血について理解と協力を呼び掛ける活動。今年のキャッチフレーズは・・・  
『その一歩が、誰かの一生になる。はたちの献血』



今月の担当

1-1 平 翔之佑・尾崎 りく  
1-2 田畑 陽琉・朝井 心天