

9月のほけんだより

2022.9.7
大阪府教育センター
附属高校 保健室



少し涼しくなる秋の変わり目、9月10日ごろを「**草露白（くさつゆしろし）**」と言います。昼と夜の気温差が大きいのと、草の上におりた露が白く見えることが由来です。そして、「朝露がおりると晴れる」という天気のことわざもあるそうです。

晴れの日はまだまだ暑いですが、朝晩は肌寒いなど感じる日も増えてきました。季節の変わり目は体調を崩す人も多いので、しばらくは服装で上手に調節するなど、意識して自己管理しましょうね(^_^)/

日頃より、感染症対策にご協力ありがとうございます。

新学期が始まるにあたり、今一度ご確認をお願いします。生徒の皆さんの一人一人のご協力だけでなく、保護者の皆様におかれましては何卒ご理解ご協力のほどよろしく願いいたします。

基本的な対策

手洗い・消毒励行

マスク着用
(熱中症に注意!)

登校前の確認

朝の検温と健康観察

発熱の有無に関わらず、体調不良時は登校を控えてください!

食事時の対策

黙食の徹底

歓談時はマスク着用

部活時の対策

部活前後に校外での集団飲食は控える

更衣室や部室、集団移動時のマスク着用

生徒又はご家族の方が抗原検査やPCR検査等を受検した場合、感染が判明した場合等は、情報提供にご協力ください。また、夕方以降や休日等、本校への電話が繋がらない時間帯は下記アドレスにご連絡をお願いいたします。

⇒本校電話番号:06-6692-0006

⇒本校への情報提供用メールアドレス(休日用): opechs.of@gmail.com

【必須事項】学年、組、番号、名前、必ず連絡がつく電話番号、簡単な状況説明

交通ルールを守りましょう



9月21日(水)～9月30日(金)は、秋の全国交通安全運動週間です!(^^)!

本校は大半の人が自転車通学なので、登下校中のけがで保健室に来室する人が多いです。原因としては、「スピードを出しすぎて衝突・転倒した」「曲がり角で衝突した」「段差等でバランスを崩して転倒した」など理由は様々ですが、いずれにしても、朝急いでいて…というのが原因であることがほとんどです。

朝は余裕をもって登校することが大前提ですが、**急いでいる時こそ細心の注意**を払って走行しましょう!また、万が一事故が起きてしまったとき、相手がいる場合は要注意です。特に車との接触場合は、軽傷であってもすぐにその場を立ち去らず、必ず警察に連絡しましょう!

その場では大丈夫と思っても、後々から症状が出る場合もあります。また、相手がすぐに立ち去ってしまったという話も聞きますが、困ったときはまず周りの大人に助けを求めましょう!

被害者にも加害者にもならないために、きちんと交通ルールを守りましょうね。



高校生の皆さんに特に気を付けてほしい交通ルール4か条!

①二人乗りしない!



②スマホを見ながら運転しない!



③音楽を聴きながら運転しない!



④夜はライトをつけよう!



ながらスマホは視界の**95%**が見えていない! ⚠



最近、こんな事故が増えています

横断歩道で、向かってくる歩行者と正面からぶつかった

エスカレーターの降り口で転倒した

普通なら起こらないはずのこれらの事故には、“あるもの”を見ていたという共通点があります。そう、「スマホ」です。

スマホを見ながら歩く“ながらスマホ”では、視界が20分の1にまで狭まるそうです。これは、視界の95%が見えていないということです。

“ながらスマホ”では「危なかった!」では済まされない、命に関わる事故も多発しています。ちょっと見るだけ——が、事故やケガにつながる危険があることを忘れないで。

