

保健だより 1月

大阪府立桃谷高等学校
通信制課程
日夜間部 保健室

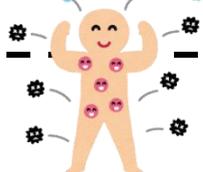


2018



明けましておめでとうございます

2018年になりました。1年が過ぎるのはあっという間に感じます。皆さんは、どんな冬休みを過ごしましたか？今月は、今年度、最後のテストが待っています。今年1年も皆さんにとって、健康で素晴らしい年になりますように・・・♪今年もよろしく願いいたします。



ノロウイルス対策について



● 最も洗い残しをしやすい部分
● やや洗い残しをしやすい部分

1 手洗いをしっかり行いましょう

帰宅時や調理を行う前、食事前、トイレの後に、流水と石鹸による手洗いを行いましょう。すぐに手洗いが出来ない場合は消毒用エタノールを使うと◎。

2 食品はしっかり加熱

特に貝類(主に牡蠣、シジミ、アサリなどの二枚貝)は中心部まで十分加熱調理(85~90℃で90秒以上)しましょう。一般的にウイルスは熱に弱く、加熱によりウイルスは失活します。

3 キッチンや調理器具の消毒

調理台や非金属製の調理器具は洗剤などを使用して十分に洗浄した後、次亜塩素酸ナトリウム(0.02%以上)で浸すように拭き取ります。ただし次亜塩素酸ナトリウムは金属を腐食させる性質があるので、包丁などの金属製調理器具や食器類はアルコールによる二度拭き、または、熱湯(85℃で1分以上)による加熱が有効です。特に二枚貝を調理する場合は専用の調理器具を用いるか、使用のたびに、熱湯消毒するなどの対策を行いましょう。

4 頻繁に手で触れるものを清潔に保つ

ドアノブや手すり、トイレ、イスなど共有箇所のウイルス除去も大切です。金属部に次亜塩素酸ナトリウムを用いて消毒すると、さびが生じ、使用した場所によっては元には戻せないこともあるので注意しましょう。臭いが少なく、プラスチックや金属に対する影響が少ないアルコールでの消毒がオススメ!



スクーリング予定表



通信番号

名前

1月	1	2	3
	4	5	6
10(水)			
12(金)			
14(日)			

第3範囲 定期試験時間割

	1 限(18:40~19:30)	2 限(19:50~20:40)	3 限(13:20~14:10)	4 限(14:30~15:20)
10日(水)	世界史B 社会と情報	コミュニケーション英語 I 英語 I 入門 韓国・朝鮮語入門 中国語入門 簿記 地学基礎	14日(日)	科学と人間生活 韓国・朝鮮語文化理解 子どもの発達と保育 社会入門 化学基礎 服飾文化
12日(金)	1 限(18:40~19:30) 国語総合 古典B ビジネス基礎	2 限(19:50~20:40) 家庭総合 生物基礎	※追試、再試の日程は、 1/15(月), 19(金), 21(日), 22(月)です。 詳しい日程は、試験日以降、発表されるので、確認しておきましょう。 ※試験を受ける際は、必ず生徒証を持ってきてください。	
14日(日)	1 限(10:30~11:20) 物理基礎 韓国・朝鮮語初級会話 中国語初級会話 コミュニケーション英語 II フードデザイン 情報処理 生物 生物基礎 数学A 体育 3	2 限(11:40~12:30) 国語演習 家庭基礎 情報技術基礎		

自分の受ける科目を確認しておきましょう♪