

保健だより¹²月

大阪府立桃谷高等学校 通信制日夜間部 保健室 水流・安川

2013 年もあと少し

あっという間に 12 月、今年もあと 1 カ月と思うと 1 年の早さにびっくりしてしまいます。今年度のスクーリングも残すところあと 8 日。最後まで体調に気をつけて、無理をしすぎず取り組んでください。よい年末・年始をお過ごしください。



12月1日は「世界エイズデー」

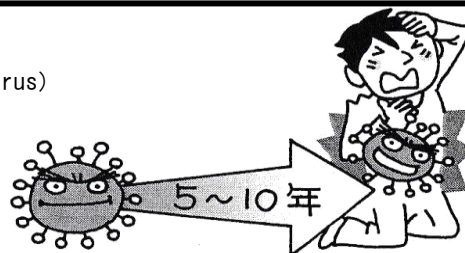
「世界エイズデー」は世界レベルでの AIDS の蔓延防止と、患者・感染者に対する差別・偏見の解消を目的に WHO（世界保健機関）が制定しました。去年の新規感染者の 66.9%（670 人）は 10～30 代。みなさんにとって、全くの無関係な話ではないのです。この機会に正しい知識・情報を知ってもらいたいと思います。



HIV 感染 → AIDS 発症のしくみ

HIV
(Human Immunodeficiency Virus)
ヒト免疫不全ウイルス

AIDS
(Acquired Immunodeficiency Syndrome)
後天性免疫不全症候群（病名）



HIV は、感染すると、免疫細胞のうち、司令塔の役割をはたす「CD4 陽性 T リンパ球」に侵入して増殖していきま

「CD4 陽性 T リンパ球」は HIV に破壊されて徐々に数が減り、体を外敵から守る「免疫」の働きが低下していきま

体の「免疫」が低下することによって、健康な状態では感染していても症状を起こさないような、弱い病原体が原因で様々な症状が現れるようになります（日和見感染）。

この状態が「AIDS 発症」

HIV の感染経路

- HIV の混じった血液・精液・膣液・母乳を通じて感染
 - 注射針の使い回しによる感染や母子感染はほとんど見られず、主な原因は性的接触
- コンドームを使用するなど、セーフターセックス（安全な性行為）を忘れずに！

このようなことでは感染しません！



◆「HIV 感染＝AIDS 発症」ではありません!!◆

HIV に感染しても、きちんと治療を受ければ、ウイルスの増殖を抑え、AIDS 発症を防ぐことができます。また、AIDS 発症後でも、治療によって進行を食い止めることができます。一番大切なのは感染しないこと。HIV は弱いウイルスで、感染経路も限られています。自分自身や大切な人の人生を守るため、正しい知識を身につけ、感染しない行動を選べるようにしてください。

スクーリング 12月

通信番号

氏名

	1	4	2	5	3	6
1 (日)						
2 (月)						
6 (金)						
8 (日)	文化祭（参加・不参加） ○をつけてください					
9 (月)						
13 (金)						
15 (日)						
16 (月)						
20 (金)						

「PM2.5」に注意！

PM2.5 とは、大気中に浮遊する粒子状物質のうち、粒径が 2.5 μm (0.0025mm) 以下の微小な粒子のことです。気象条件によっては、大阪でも PM2.5 の濃度が高くなることもあり、11 月から 5 月ほどに注意が必要です。詳しい情報は…

大阪府 PM2.5 検索

大阪府では、PM2.5 が高濃度になると予測・判断した場合、「防災情報メール」でお知らせします。ぜひ登録してみてください。

【登録方法】

- ① <touroku@osaka-bousai.net> に空メールを送る
 - ② 画面の指示に従い登録を完了して下さい
- （右の QR コードを読み取ってもメール送信可能です）



健康相談のお知らせ

- 健康相談 内科
9 日（月）
19:15～20:05
- 健康相談 歯科
15 日（日）
9:30～10:20

学校医・学校歯科医の先生が来られます。希望する方は、当日保健室まで来てください。