



*** 今月の保健目標 ***

川崎校：目によい生活をしよう

川崎キャンパス：目を大切にしよう



10月に入り、ぐっと気温が下がりましたね。これから気温の変化や急激に寒くなる日に注意が必要です。川崎キャンパスの生徒は職場実習、川崎校の生徒は文化祭などの行事があり、これから一層忙しくなることでしょう。体調管理に十分気をつけてください。



～10月の保健行事日程～

日時	内容	対象の人	留意事項
8日(木) 13:30～	眼科検診	両校全校生徒	前髪が目にかからないようにしてきましょう。
20日(火) 13:30～	結核検診	両校1学年生徒	昼休みにジャージに着替えておきましょう。
21日(水) 14:00～	歯科検診	川崎校全学年生徒	昼休みに歯みがきをしておきましょう。
22日(木) 13:10～	内科検診	両校全校生徒	昼休みにジャージに着替えておきましょう。

新型コロナウイルス感染症関連情報

宮城県内の発生状況累計 565名(10月末時点)

仙台市だけでなく、他の市町村からの確認も多くでています。継続的な対策が求められるなか、少しずつ皆さんの中にも対策の緩みを感じます。感染症対策に取り組みましょう！

マスク着用



手洗い



換気



インフルエンザ関連情報

例年冬期に流行が見られ、昨年では9月頃に沖縄県を中心に早い流行がみられたインフルエンザですが、今年の流行はどのような状況なのでしょう。

参考

全国8月31日～9月13日までの2週間のインフルエンザ罹患患者数・・・7名

昨年の同時期は9551名！なんと昨年の1/1000以下です。（厚生労働省発表より）

その理由として・・・

- ①マスクの着用、手洗い・うがい、手指消毒など基本の感染対策が徹底されている。
- ②訪日外国人（日本に来る外国人のこと）が減り、海外からウイルスが持ち込まれていない。

今年の状況や、皆さんの対策の成果があり、早期の流行は抑えられているようです！

～ インフルエンザワクチンについて ～

今期の供給量は約6300万人分予定だそうです（過去5年間で最大量）。
ご家庭で話し合い、接種を検討してみてください。

今年は新型コロナウイルスとインフルエンザの同時流行が懸念されています。
毎日行っている基本の感染対策とともに、感染症の蔓延を防ぎましょう！



10月10日は目の愛護デーです

10月10日は目の愛護デーです。テレビやスマートフォン、ゲーム機器など目に影響を与えるさまざまなツールがある現代。みなさんは自分の目を大切にできているでしょうか？



◆視力検査で治療勧告がだされた人の割合◆

川崎校・・・ 47%

川崎キャンパス・・・ 44%

半数近くの生徒が視力に心配がある状況です。早めに治療をしましょう。

～ブルーライトのおはなし～

■ブルーライトとは・・・

人の目で見ることができ、光の中でも強いエネルギーを持っており、角膜や水晶体で吸収されず、網膜へ達します。パソコンやスマートフォンなどのLEDディスプレイやLED照明にはブルーライトが多く含まれています。

■体に起こる影響：ドライアイ、目のかすみ、焦点が合わない、肩こり、頭痛など

ブルーライトの浴びすぎに心当たりがある人はいませんか？
パソコンやゲーム、スマートフォンの使い過ぎに注意しましょう。

