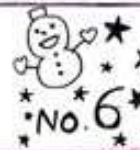


保健だより



岡山県立西条高等学校
生徒会保健委員会
担当: 2-7 上田、1-5 田野
No.6
平成23年12月22日発行

低温やけど

に注意!!



寒くなると、ついついカイロを使ったり、あたたかいこたつに長時間はいてしまい、**低温やけど**になりやすいので気を付けましょう!!

・低温やけどとは…

それほど高い温度ではない(体温以上60度以下)のものが、長時間接触することにより起こるやけどのことです。治りにくく、深いやけどになるのが特徴です。

湯たんぽや、使い捨てカイロが原因になることが多いので、正しく使用しましょう(^^)☆

カイロを直接体に
あてない!



電気毛布、ホットカーペット、
こたつなどの温度を
高くして長時間使わない!



もう
すぐ

冬休み

です♡

かせやインフルエンザに
気を付けて、手洗い・うがいを
きちんとしましょう☆



寒いけど、換気もしよう!!

気温が下がり寒い時期になりました!

本校でも少しずつ風邪が増えてきています。

かせ・インフルエンザの感染防止には

手洗い・うがい・休養とともにマスクの着用
も効果があります。

ウィルスの飛散防止

ウィルスを周囲に飛び
散らせにくくします。

ウィルスの吸入防止

マスクをすることでウィルスを
完全にシャットアウトすることは
できませんが一定以上の効果
があることは本当です。

保湿効果

マスクをすると吐いた
息がマスクに残り、
次に息を吸う時に
その水分が体内に
入ることにより保湿
効果があります



保湿効果

外気が寒い時は
外気がマスクの中
を通過する間に
外気を少しあたためて体内に入れます。

マスクは購買で30円で売っているの
必要になったら買いにいらしてください(♡)♡