



# ほけんしつ

男山第二中学校

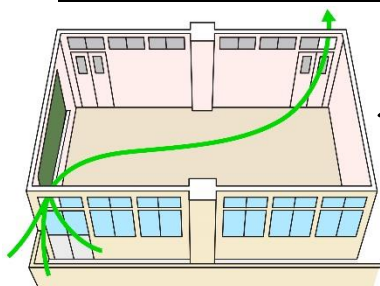
12月

寒くなり、体調を崩している人が増えています。新型コロナウイルス感染症、インフルエンザ予防のためにしっかり寝て食べて、免疫力をアップして下さいね。

## 教室の換気をしよう！

気温が下がり、空気が乾燥してきました。換気はウイルスの除去にとっても効果的です。

### ①教室の対角線上の窓は常時開けておく



20～30 cm  
いつも開いて  
ますか？

### ②給食前には必ず全ての窓を開けて空気を入れ替える



1～2分間開けて  
すべての空気を  
入れ替えます。  
寒いけど頑張っ  
て！

## 治療は終わりましたか？

5月に歯科検診がありましたが、治療は終わっていますか？

虫歯と言われた生徒の人数と治療の終わった人です。まだ治していない人がたくさんいます。

1年

虫歯あり→42人  
治療が終わった人→33%  
(14人)

2年

虫歯あり→60人  
治療が終わった人→30%  
(18人)

3年

虫歯あり→56人  
治療が終わった人→14%  
(8人)



※受験までに治そう！

治療はまだの人は、冬休み中に治しておきましょう。

※治療は終わっているけど「治療済書」を出していない人は、治療が終わっていることを教えて下さいね。

## 未成年のお酒・タバコは法律で禁止されています！

なぜ未成年は酒やタバコが禁止されているか分かりますか？それは、タバコやお酒は、皆さんの成長途中の体や脳に大きな悪影響を及ぼすからです。また、未成年の依存度は大人よりも高く、やめようと思ってもなかなかやめられなくなります。自分の意思とは関係なく、タバコやお酒の成分を体が求めてしまうからです。

年未年始は、お酒を飲む席に一緒にいることが多くなるかもしれません。

もしすすめられても「きっぱりと断ることが大切」です。

「大人になったら一緒に飲みましょう」「体に良くないから」など、うまく断れるセリフを用意しておくといいですね。もし、しつこくすすめられる時は話題を変えたり、その場から逃げたりすることも必要です。

