

ほけんだより



愛川中原中学校
保健室
2022.3.4
No. 12

少しずつ寒さが和らぎ、春の足音が少しずつ近づいてきました。
風の冷たさも和らいで明るい日差しに心はずむ季節ですね。
春は出会いと別れの季節。さみしい反面新たな期待もあります。
少しの不安と大きな希望！
新しいステップに向かって羽ばたきましょう！

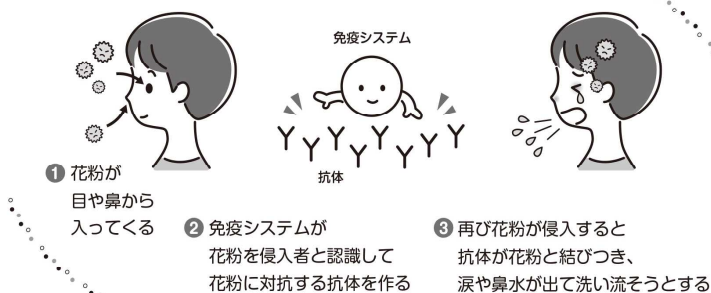


くしゃみ、鼻水、鼻づまりなどの症状が見られたら、まずは「かぜをひいたかな？」と思いますよね。でも、今の季節は「花粉症」も考えられます。もし、花粉症かな？と思ったら、専門医で見てもらいましょう。

かぜ？ 花粉症？ セルフチェック表

花粉症		かぜ
何度も出る	くしゃみ	ときどきある
さらっとしている	鼻水	だんだん粘り気が強くなる
かゆみが出ることがある	目	症状はほとんどない
ほとんどない	せき	よくある

花粉症のメカニズム



ながらスマホで起こった事故事例



スマホに夢中、男子中学生がホームから転落。重傷を負った

イヤホンをしながら自転車に乗り、歩行者に衝突して死亡させた

夜、スマホを見ながら無灯火で自転車に乗り、歩行者をはねて死亡させた

！これらは実際に起こった事故です



自分は気をつけているから、「ながらスマホでも大丈夫」なんて思わないで！

「ながらスマホ」が事故を誘発する危険があるのは、歩行中の場合も同様です。自転車運転中や歩行中の「ながらスマホ」でも事故が起きており、自分自身だけでなく、周囲の人にけがを負わせてしまうことがあります。自転車運転中や歩行中の「ながらスマホ」は、自分自身が思っている以上に危険な行為です。スマホや携帯電話を使うときは、周囲を確認しながら立ち止まり、通行の妨げにならない安全な場所で操作しましょう。