

ほんだより10月

保健室からのお知らせ
10月より、「大島 新奈 先生」が
新しくみえました。
よろしくお願い致します。

10月15日 世界手洗いの日 **手洗いクイズに挑戦!**

Q 石けんをしっかり泡立てるのはなぜ?

A あわ立てると、手全体やしわに石けんがよく行きわたります。

Q 一番洗い残しが多いのは何指?

A それは親指。親指は握って、くるくる回して洗います。

Q 手洗いにかかる時間は?

A しっかり洗うと、30秒はかかります。

手洗いのポイントは
この6つ



いろいろな病気からカラダを守る、一番簡単な方法...それが手洗い!

コロナウイルス目も入口?

口や鼻を入口に体の中へ入ってくる、新型コロナウイルス。目からも入る可能性があるのを知っていますか?

感染している人のせきやくしゃみのしぶきに含まれるウイルスが目の表面についたり、ウイルスのついた手で目を触ったりこすったりすると体の中に入ってくるかもしれないのです。そこで大切なのは、やっぱり石けんによる十分な手洗いです。



インターネットで薬を買う前に

薬には病院で処方される「医療用医薬品」と、薬局で買える「市販薬」の2種類があります。



市薬品の中にも2種類あります。

① 要指導医薬品

薬剤師の説明を受けなければ購入できません。

② 一般用医薬品

リスクによって第1~3類に分類され、購入に決まりはありません。

ネットでの購入に注意!

一般用医薬品はインターネットでも購入できます。けれど中には、人体に健康被害が出るような偽造医薬品を扱うサイトもあります。

厚生労働省では届出のある店舗一覧を公表しています。購入するときは「医薬品販売サイト」で検索を。



ク ス リ を

リ ス ク に

し ゐ い !

薬の常識 O X クイズ

Q カゼは薬を飲まないと治らない?

A. 答えはすべてX。

Q. 薬は決められた量の倍にしたら効果も2倍になる?

- カゼ薬は症状を弱めるだけ。
- 決められた量を超えて飲むと副作用が強くなる危険があります。
- 薬は、人によっては体質に合わない場合があります。

Q. 友達に自分と同じ症状が出ていたら、自分の薬をあげてもいい?

薬は正しく使えば味方になってくれますが副作用のリスクがあります。用法用量は必ず守りましょう。

作成者
2年1組・2組 保健委員