

12月 ほげんだより

尼崎市尼崎双星高等学校
保健室発行
2023年12月11日

今年最後の年、12月に入り、期末テスト・球技大会・1年生の芸術鑑賞会・2年生の修学旅行など行事が盛りだくさんの月です。そしてもう間もなく2023年が終わろうとしています。今年はみなさんにとってどんな年になったでしょうか。2024年、自分だけの目標を持って、新たな新年を迎えましょう。

～ 国際障害者デー ～ このマーク知っていますか？

これらはすべて障がいのある人に関するマークです。

障がいがある人に配慮した建物・施設であることを表したり、障害がある人が支援を必要としていることを伝えるシンボルマークです。普段の生活の中で見かけたら思い出してください。



障害者のための国際シンボルマーク

障害のある人が利用できる、建物・施設であることを表す世界共通のマーク。
車いすを利用する人だけでなく、全ての障害のある人を対象としている。



耳マーク



聞こえが不自由なことを表すと同時に、聞こえない人・聞こえが悪い人への配慮を表すマーク。

手話マーク



耳の聞こえない人が、手話でのコミュニケーションを求めるときに提示するマーク。また、手話による対応ができる施設の窓口にも表示されています。

ハートプラスマーク



身体内部（心臓・呼吸器・じん臓・膀胱・肝臓・直腸・小腸・免疫機能など）に、疾患のある人を表している。

ヘルプマーク



義足や人工関節を使用している人、内部障害など、外見から分からなくても援助や配慮を必要としている人が、周囲の人に配慮を求めるマーク。

ほじょ犬マーク



国や自治体が管理するデパートや飲食店などの施設、電車・バスなどは、補助犬を同伴しての利用を拒否できません。

ほじょ犬とは、盲導犬・介助犬・聴導犬のことを言います。

障がいのある人は、見た目ではわかりにくい場合があります。

困っている人やマークを身に着けた人を見かけたら、電車・バス内で席をゆずったり、声をかけるなど、あなたの思いやりや勇気ある行動がたくさんの人の手助けとなることを願っています。



12/1 世界エイズデー ~あなたが変わればエイズのイメージが変わる~

エイチアイブイ エイズ HIV・AIDS

AIDS

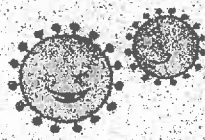


知っておこう!エイズのこと!

2022年、日本の HIV 感染・AIDS 発症がわかった人は、約884件で6年続けて前の年を下回っています。感染経路として80%以上が性的接触によるものです。

HIV (ヒト免疫不全ウイルス) って?

HIVは、ウイルスなどの外敵から体を守る役割をしている「免疫細胞」に感染して、体の免疫を壊すウイルスです。



性的感染

コンドームを使わないセックスなどで粘膜や小さな傷から感染



血液感染

注射器の共用による回し打ちや、医療現場での針刺し事故など

※現在、国内では輸血での感染はほとんどありません

母子感染

胎内で、あるいは出産時の産道、母乳から感染



こんなことでは感染しません



握手をする



同じトイレの便座に座る



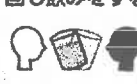
同じお風呂に入る



感染者が調理した料理を食べる



コップで回し飲みをする



キスをする



ハグをする



HIV発症からAIDSになるまで

HIVが免疫細胞に感染

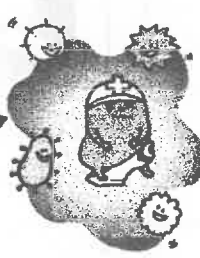


HIVが増殖し、免疫細胞が減っていく

- ・感染から数週間以内にインフルエンザのような症状が出る場合があります
- ・自覚症状のない時期が数年続きます



免疫機能が極端に低下



きちんと免疫が働いていなければからないような病気を発症する



この状態がAIDS (後天性免疫不全症候群) です

治療のいま

HIV/AIDSは、昔は死にいたる病気でした。現在は、新薬によってHIVが増えるのを抑え、AIDS発症を防ぐことができます。

ただし…
早期発見・早期治療が大切です

~ エイズQ&A ~

Q 感染したかも…

A: HIV 感染初期では、検査の結果が出ない期間があります。感染の可能性のあった時から3ヶ月後に検査を受けましょう。早く検査を受けたい場合は、検査機関に相談しましょう。

Q どこで検査できる?

A: 全国の保健所で、無料・匿名で検査を受けられます。自分の住んでいる地域以外でも検査できます。事前に予約をしてから。

Q 予防方法は?

A: 性的感染にはコンドームを使用した安全なセックス。
血液感染にはカミソリ・ピアス・歯ブラシなどの血液がつく可能性のある物は共有しない。