

☆ 12月1日は世界エイズデー！ エイズは性感染症のひとつです

エイズの原因となるウイルス(HIV)に感染すると身体の免疫力が下がって様々な病気にかかりやすくなりエイズを発症します。

☆ 知らぬ間に進行する 性感染症の怖さ

性感染症とは性行為などで感染する疾患のことです。性感染症は性行為以外の日常生活（同じ風呂に入る便座に座るなど）で通常感染しません。

性感染症の恐ろしいところは、性感染症なっても無症状であることが多く、自覚症がなかったり症状が軽くて気がつかないままに、病気が進行し続けていることです。

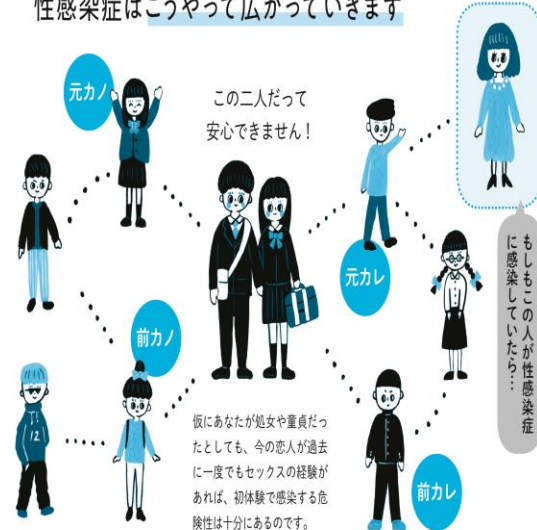
性感染症は早めに治療すれば治りやすく不妊などの後遺症を残さず回復します。

せっかく治ってもパートナーが治療しないと再び感染してしまう（ピンポン感染）もあります。

治療はパートナーも必要になるのです

元カレ、元カノ、その元カレ、元カノ...もしも自分の知らない誰かが感染していたら...

性感染症はこうやって広がっていきます



☆ 望まない妊娠をふせぐためにも

現在、日本では年間約18万件が人口妊娠中絶で、出生数の約5分の1にもおよぶ『命』が生まれないという選択をしています。

なぜ若年出産（19才以下の出産）があまりよくないかという、妊娠できるからだになっても子宮が未熟なため母体に大きな負担がかかり、骨盤も発達していないため、出産の時トラブルになりやすくお腹の赤ちゃんもうまく育たない可能性があるからです。そして中絶はからだも心の負担も大きく、つらく悲しい経験として残ります。

だからこそ相手を思いやる心が大切です、そして自分を守るためにも

- ①SEXをしない：お互いを尊重し、求められても断る勇気も必要です。
- ②コンドームを必ずつける：射精前後にも精子はでているので性行為の最初から最後まで装着する。
- ③お互いを思い合える関係作り：相手が悲しまないように、時には妊娠やエイズについてなどの真面目な話も大切です。



※低温やけどに注意※

寒い季節、風邪やインフルエンザの流行も心配です。各自の体調管理がとても大切です。冷えたからだではウイルスに対する免疫力も落ちてしまいます。衣服を調節し寒さ対策を心がけましょう。

体の冷え予防に湯たんぽやカイロは有効的です。学校に使い捨てカイロを持参する生徒もいますが、使うときは低温火傷に注意してください。

低温火傷は、気づいたときには皮膚の表面だけでなく、皮膚の奥深くまで火傷をしていて、すでに壊死しているためその部位を取り除くしかない状態になっています。

低温でも長時間触れていると

重症な火傷になります。

使い捨てカイロを使うときは



- ・肌に直接、ふれないようにする
 - ・同じところにあてつづけない
 - ・上から強く押さえつけない
 - ・寝るときは使わない
- 低温やけどに気をつけよう

命が救える身近なボランティア『献血』



12月10日は塩山高校に献血車がきます。

3年生はぜひ献血のご協力をお願いします。

献血とは、病気の治療や手術などで輸血を必要としている患者さんのために健康な人が自らの血液を無償で提供するボランティアです。輸血に不可欠な血液は人工的に造れず長期保存も出来ません。日本では毎日3000人ほどが輸血を受けています。その血液を確保するために1日あたり約13000人の方の献血のボランティアが必要とされています。

日本は高齢化社会になってきています。少子高齢化がますます進んでいくと血液の安定供給に支障をきたすおそれがあります。輸血を必要とする患者さんに安定的に血液を届けるために若い世代の献血への理解と協力が重要です。

ぜひあなたもご協力を！