

# ほけんだより 12月

令和6年12月3日  
川口市立高等学校  
定時制保健室

今年1年を振り返ってみてね

## 今年もお世話になりました！2024年を振り返って、..

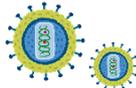
今年はどうな1年だったでしょうか。楽しかったこともつらかったことも  
いろんな出来事がそれぞれあったと思います。今年の出来事を振り返り、  
この1年間よく頑張った自分！と自分をほめてあげましょう。定時制の皆  
さん、2024年よく頑張りました。残り1か月を切りましたが、2024年ラス  
トスパートも駆け抜けていきましょう。



世界エイズデーとは、WHO（世界保健機関）が1988年に世界的レベルでのエイズまん  
延防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を図ることを目的に作られました。  
今年のテーマは「U=U 知ることからもう一度。12月1日は世界エイズデー」です。  
みなさんはHIV/エイズのこと正しく理解していますか。  
1人でも多くの人にHIV/エイズのことを自分のこととして捉え、HIV/エイズにつ  
いて正しい知識を身につけてほしいです。

### エイズってなあに？

エイズはHIV（ヒト免疫不全ウイルス）に感染  
することによっておこる病気です。  
HIV=エイズではありません。



### どうやって感染するの？

血液感染・性行為による感染・母子感染



### 感染するとどうなるの？

HIV感染後、自覚症状のない時期が数年続き、  
さらに進行すると、病気と戦う抵抗力（免疫）  
が低下し、本来なら自分で抵抗できる病気も  
抵抗できず、病気になりやすくなります。

### 検査・相談をしたいときは？

検査は保健所・病院・クリニックなどで受けることが  
できます。また、全国に約380のエイズ治療拠点病院  
が整備されており、治療や相談にのってもらえます。

## 乾燥肌を防ごう！

空気が乾燥する冬は肌も乾燥してしまいがち。  
肌が乾燥するとかゆくなったり、ヒリヒリして痛  
くなったりしてしまいます。正しいケアをして肌  
の潤いを保ちましょう。

