



5月18日,在梦城实验小学五年(1)班的预防水痘主题班会上,同学们踊跃上台发言。

本报记者 沈昊鹏 摄

转眼已五月,正式进入夏季了。夏季天气炎热,各类细菌、病微生物繁殖快,蚊虫也相继增多,各类传染病更容易发生传播,同时一些常见于孩子的疾病也在高温的影响下,慢慢滋生传播,很多学生和家长都对夏季传染病头疼不已。

### 医生:遇到问题早些送医

在第909医院儿科,科室内的儿童病患随着夏天的到来也有所增多,科室也变得忙碌起来。主治医生邓小蕾告诉记者:“因为这两年疫情的原因,孩子已经习惯于随身佩戴口罩,所以今年到医院就诊肺炎的孩子明显减少了。而且现在疫苗已经很普及了,医疗水平也提高了很多。但是夏季传染病和一些普通的疾病仍需警惕。”

此外,邓医生还跟记者分享了支气管炎与急性化脓性扁桃腺炎的区别、症状和治疗方法。邓医生告诉记者,这两种疾病在小朋友群体中算是比较常见的呼吸道疾病,初期的症状也都是高烧,支气管炎的症状还表现为咳嗽、高烧不退、呼吸困难等症状,而急性化脓性扁桃腺炎则有咽痛等症状。邓医生建议各位家长,如果孩子出现上述症状,应当及时送医治疗。

夏天也是手足口病的高发季节,有读者问“手足口病是什么,症状是什么,应该如何预防?”面对这个问题,邓医生告诉记者,手足口病是由肠道病毒引起,主要由粪口途径传播的儿童常见急性传染病,多发生于5岁以下儿童,多数患儿临床症状轻微,以发热和手、足、口腔、臀部等部位斑丘疹或丘疹疹为主要临床表现。手足口病终年散发,以夏秋季多见,潜伏期为2-14天,平均3-5天。病初发热、口腔疼痛,可伴轻咳、流涕和咽痛,手足皮肤起疹子。“一旦发现上述发热、口腔疱疹、咽痛、手足臀部皮疹,立即就医明确是否是该病,注意隔离,适当休息,清淡饮食,做好口腔和皮肤护理。”邓医生告诉记者。同时,邓医生还提醒广大学生家长,当孩子诊断为手足口病时,若症状较轻,可居家隔离治疗,休息到症状消失后7天为止,并且要暂停去公共场所,避免与其他儿童接触,广大家长还要及时对患儿的衣物、被褥和玩具等物品进行晾晒或消毒,对粪便及其他排泄物可用1%-3%漂白水进行消毒处理。

### 学校:多种宣传做好卫生普及

“小朋友们,我们上完厕所后记得洗手哦。”在漳州市一家幼儿园的厕所门口,幼儿园老师对刚上完厕所的小朋友叮嘱着。“洗手有七步法,分别为洗手掌、洗背侧指缝、洗掌侧指缝、洗指背、洗拇指、洗指尖、洗手腕手臂。一共是七个步骤,下面我们一个一个来学。”在卫生课上,幼儿园老师也是不放过每一个细节,认真地教小朋友如何洗手。

校园作为学生在校第一道医疗保障,也起着做好个人卫生宣传知识普及的作用。作为漳州市实验小学校医的李医生说,入夏以来到医务室的学生多了不少,其中有的是因为在课间或是体育课上受伤,还有不少是因为高温导致的头晕等症状。除了给他们相应的医疗处理外,李医生

还会跟学生普及一些健康知识和卫生知识,比如让孩子注意玩耍时候的安全,注意夏季及时补充水分、勤洗手、勤锻炼之类的知识,使孩子养成良好的个人卫生习惯。“除了平时的医护工作外,我们还会配合学校联系专业的医护人员来校开讲座,进行健康教育,平时也会给学生做卫生知识普及。及时为孩子提供医疗帮助,普及卫生健康知识,就是我们做校医的职责。”李医生告诉记者。

据了解,除了在校驻点的校医以外,全市各中小学校也会通过组织班主任班队活动课进行夏季传染病知识的普及,也会通过学校的宣传栏、班级黑板报、微信公众号等媒介,向学生普及健康知识。漳州三中的校医石医生告诉记者:“我们学校的宣传栏中,就有设置健康教育专栏,每期都会根据季节和相关学校活动,开展疾病防控、健康科普等宣教。”

### 家长:提高免疫自有妙招

如何预防夏季传染病和一些常见的儿童疾病,除去需要了解的个人卫生知识以外,提高免疫力也是必不可少的,这时候来自家庭的关心和照顾就显得极为重要。

杨女士的认知中,提升免疫力最有效直接的方法就是给孩子食补。在杨女士家中,各种孩子喜欢吃的食物摆满了冰箱,孩子喜欢的零食则摆在家中客厅。当然这些零食也不是想吃就能吃的,每天都是适时适量。为此,杨女士还咨询了做儿科医生的朋友,并根据自己孩子的身体情况,整理出了一套专属食谱。“孩子吃得好,才能给提高免疫力打下坚实的基础。”杨女士告诉记者。

而在张先生看来,运动才是提升免疫力的第一妙招。只要天气允许,张先生都会带自己的孩子去亲水公园运动,有时候还会直接从学校走回家里,周末的时候还会带孩子去游泳打球。“现在的孩子已经吃得足够好了,与其在吃的方面给孩子提升,不如给小朋友锻炼出健康的身体,这也是提高免疫力必不可少的一部分。”张先生告诉记者。

对于如何提升小朋友的免疫力,邓医生建议家长要同时注重食补和运动,做好二者的平衡,在夏天也要让孩子多喝水、勤洗手,并且要引领孩子养成良好的作息习惯。“良好的作息习惯可以让孩子的身体更健康地成长,才能为高免疫力提供健康的身体。”邓医生告诉记者。

除此之外,每次到了夏天,炎热的天气会让孩子身体燥热心情烦躁,导致孩子喜欢待在空调房里不出来。“每次放学接小朋友回家,小朋友都会问房间里空调开没开,一回家就躲进空调房里。”李先生的小孩也有这样的习惯。现在孩子的空调病已经成了夏季令家长头疼的疾病之一,一天到晚待在空调底下,由于空气不流通,也会出现头晕、头痛、食欲不振、上呼吸道感染、关节酸痛等症状。为此,李先生有时候就把孩子直接“拽”出来,并适当调适空调温度,定时关闭空调开窗换气。“现在的孩子从小都有空调可以吹,这可不能让他们有空调病。”李先生告诉记者。

◎本报记者 刘健宁

## 未雨绸缪

# 预防夏季传染病

## 检察官进校园告诉学生—— 遇到校园欺凌应该怎么做

本报讯(记者 刘健宁)为进一步提高广大学生的安全和法律意识,构建平安和谐校园,5月19日,芗城区人民检察院“法治进校园”系列巡讲预防校园欺凌讲座走进漳州市新桥中心小学。

讲座上,芗城区人民检察院第五检察部陈智勇检察官运用通俗易懂的案例,以视频的形式向新桥中心小学的同学们讲述了校园欺凌的主要行为、危害、共性等多方面的内容,并告诉同学们遇到校园欺凌应该怎么做。陈智勇检察官说:“校园安全关乎每一个家庭,绝不允许校园暴力在校园里传播,破坏校园的健康氛围。加强对青少年的法治教育引导,提高青少年的法治意识和安全意识,让青少年远离违法犯罪和校园暴力的影响,保护青少年健康成长,是检察机关的职责所在。”

讲座提高了同学们对校园欺凌危害的认识,增强了文明守纪意识和抵制、防范校园欺凌的能力。新桥中心小学副书记陈月蓉告诉记者:“未来我们也将积极自查,不断宣传预防校园欺凌相关知识,杜绝校园欺凌事件。”

本报讯(郑养发 何永亮 文/图)为扎实做好校园安全工作,强化安保人员安全意识,提高应急处置能力,5月16日,东山县教育局、公安局、保安公司联合举办校园专职保安人员反恐防暴培训,全县教育系统共有169所中小学和民办幼儿园的368名安保人员参加培训活动。

培训中,东山县公安局巡特警反恐大队教官先后作了“如何加强校园内部安全防范”“保安器械管理使用技能”“校园反恐防暴处置流程”等专题讲座,随后6位教官分组对盾牌、钢叉和长棍等防暴器械的使用进行了实战教学和现场演练,并让参训人员手持盾牌、钢叉和长棍现场操作,就如何处置可能突发的紧急情况进行了模拟演练。

通过此次培训,进一

## 反恐防暴 提高应急处置能力

步提高了校园安保人员的业务技能和处置校园突发事件的应急能力,提升安保人员专业素质、职业操守和校园安全防范工作水平,助推东山县“平安校园”建设。

下图:安保人员分组实战演练



5月18日,漳州五中高三(3)班日语老师指导学生复习。

本报记者 沈昊鹏 摄

## 回归基础真题 强化专项练习

刘晨怡(漳州第一外国语学校高三日语老师)

近年来,越来越多考生将高考外语语种改成日语。对于高考日语,有些同学认为自己的日语水平已经“定型”,短时间内无法提高。实际上,如果复习安排科学有效,临考前冲刺也能提高成绩。

### 回归基础,强化练习

在最后阶段的复习要点上,首先是要回归基础,词汇是核心,要注意词汇的搭配使用及在句子中的成分,并进一步分析句子主干部分。其次是梳理知识点,回归真题,归纳常考的语法点,挑出自己常错的语法点进行分析,增加语法句型的记忆。最后是要进行强化专项练习,可以通过对模拟真题测试的结果来进行分析,检查失分的原因,了解自己的薄弱项,并进行针对性的专题训练。

### 分享答题技巧

听力要先认真审题,注意经常会出现的时间、数字、地点等关键词,抓住关键词听出准确的答案。语法要夯实日语基础知识考点,特别要注意从接续方式及常用搭配来进行判断及解题。阅读中经常会出现接续词,要加强对接续词的背诵及理解,碰到画线题以及是否与文章相符等问题不要凭主观判断选项,一定要在文章里找答案。写作中要先把基本的观点及段落先

构思好,其中基础句子不要出错,注意助词、时态、主谓统一的问题,避免全是短句或大长句,短句可以用一些语法句型连接起来,长句可以用接续词断开,连接前后的逻辑关系,建议大家在冲刺阶段可以多读多背范文,积累词汇和句型的同时进行写作练习。

### 备考冲刺技巧

最后不到一个月的时间,我们可以回顾总结一下自己的备考进度,然后根据自己的情况来针对性地进行复习备考。做过历年真题并对高考试题比较熟悉的同学,听力与阅读方面可以多做题模模拟,日语知识部分针对错题方面多总结和巩固。未进行过针对性训练的同学,可以先做真题卷,建议从2016年开始到2020年的试卷都做一做,一天完成一卷,认真总结、复习其中的知识,在实际运用中掌握解题思路和技巧,然后再进行真题模拟测试,把握好答题时间,逐步提高答题效率,最后总结自己的易错知识,巩固复习。平时没有进行过系统复习,想要在短时间内追分的同学,建议可以利用集中时间进行综合练习,并利用其他零散时间背诵词汇、语法,在保证基础复习的基础上,每天做两套真题或高质量模拟题。

(本报记者 刘健宁 整理)

## 漳州市第一外国语学校: 初中外语特色班今年计划招收80人

本报讯(记者 苏水梅)近日,记者从漳州市第一外国语学校获悉,根据漳州市教育局出台的《关于2021年义务教育学校招生录取工作的意见》,漳州市第一外国语学校(漳州八中)初中招收外语特色班学生80人,报名时间为5月24日至28日,芗城区通北、东铺头、西桥、新桥、巷口、南坑六大街道(办事处)辖区内户籍的小学应届毕业生可报考。

据了解,漳州八中创办于1990年,2012年4月被省教育厅确认为福建省二级达标校。近年来,学校秉承“志存高远,自强不息”的办学理念,坚持“质量强校,特色立校”的办学思想,深化教育教学改革,全面提升办学品位,不断创新德育和教学模式。2020年5月21日,漳州八中获市教育局批准,加挂“漳州市第一外国语学校”校牌,擦亮外语特色金字招牌,不断探索办学新模式,开拓教育新视野。

外语特色班的英语学科实施小班化教学,聘请外教教学(待疫情结束后),在完成部颁教材的基础上引进英语原版教材,强化口语教学。登录“漳州市招生管理系统”(访问地址 <http://zzzsgl.fjzzedu.cn>)→漳州市义务教育学校招生信息管理平台”,在“艺术、外语专门学校术科(语言类专业)”填报志愿。

又讯(记者 苏水梅)5月15日上午,漳州市第一外国语学校(漳州八中)举行2021年外语节活动。现场节目丰富多彩,趣味十足,全场五百多名观众,不时报以热烈的掌声。

该校本届外语节以“立学中华,语通世界”为主题,精彩的第二课堂活动也来接续助力。外文电影赏析、外文电影配音、外文配音诗朗诵、《杜牧的“诗情画意”》《李白的诗酒江湖》,传承中华优秀传统文化,兼容并蓄,博采外语之美。外语节活动,为每个学生提供了锻炼自我、展示自我、张扬个性的舞台,同学们尽情享受这外语节带来的快乐。

“本届外语节,不仅能展示同学们的外语学习成果,营造了浓郁的外语文化氛围,提升外语学科核心素养,还能充分拓展学生的国际视野,提升多元文化意识,服务对外交流,讲好中国故事。”漳州市第一外国语学校校长黄志勇说。

## 爱心企业捐资建校

本报讯(洪锦城 王中成)心系教育情牵未来,金浦杏坛增添新颜。近日,由永同昌集团·漳浦丽都房地产开发有限公司捐建的“漳浦县实验小学华府分校”捐赠仪式在漳浦县实验小学华府分校操场举行。

据了解,漳浦实验小学华府分校,位于绥安镇伊丽莎白东郡小区内,占地面积8200平方米,建筑面积6206.27平方米,总价值约4000万元,项目规划教学楼及运动场等

配套设施,办学规模24班,新增学位1200个。

此次捐资建校善举,正是永同昌集团·漳浦丽都房地产开发有限公司对漳浦教育事业发展的的大力支持,为漳浦教育事业奉献一份爱心,体现房地产在创造企业价值的同时,始终不忘积极参与各项社会公益活动,进一步优化城区教育布局,推动漳浦县教育事业更加蓬勃发展,为推动漳浦基础教育事业的发展,注入了勃勃生机。