



R7. 12. 10 (水)

中坪小学校 保健室

No. 10

ウイルスに負けない！^ま ^{かんせんしょうよぼう} 感染症予防クイズ

11月はインフルエンザが流行しました。12月は元気で過ごせるよう
に、感染症予防クイズにチャレンジしてみよう！全問正解できるかな～？



1 手を洗う時に大切なことは？

- ① 水をかけるだけ
- ② 石けんでこする
- ③ 手を見つめる



2 かぜをひきにくくするには？

- ① はやねはやおき朝ごはん
- ② 毎日アイスを食べる
- ③ 手洗いをしない



3 くしゃみが出そう！どうする？

- ① 空に向かってくしゃみ
- ② 手で受け止める
- ③ 服のそでで口をおおう



こたえ

1…② 2…① 3…③

石けんでしっかり手洗いすることや規則正しい生活を心がけることが大切です。
せきが出る人はマスクをしようね。



保護者のみなさまへ

★健康診断結果のお知らせ（2回目）を配付しました

健康診断後、所見があったお子さんに「結果のお知らせ」を配付していました。11月末までに受診報告書が未提出のお子さんには、本日「結果のお知らせ（2回目）」を配付しました。

すでに受診済みの場合は、医療機関名等も保護者の方の記入で構いませんので、学校に受診報告書を提出してください。まだ受診が済んでいない場合は、冬休みなどを利用し、早めの受診をお勧めいたします。

ふわふわツリー★イルミネーション

保健室前の掲示板には、ふわふわツリーがかざられ、ライトアップ中です。言われてうれしくなる「ふわふわ言葉」をハートの紙に書いて、ツリーをかざってくださいね！

こんなふわふわ言葉があったよ！

- ・ありがとう
- ・ファイト！
- ・おはよう
- ・だいすき♡
- ・おつかれさま
- ・がんばってね
- ・てつだうよ！
- ・だいじょうぶ？

ほかにもいろいろあるので見にきてね★



冬に流行しやすい

感染症

インフルエンザ



特徴

通常の風邪と比べて、急激に強い症状が現れる。

潜伏期間

1～3日

症状

38度以上の高熱、頭痛、関節痛、咳、鼻水、倦怠感、悪寒など

ノロウイルス



特徴

感染力が非常に強く、感染者の排泄物やおう吐物などからも感染する。

潜伏期間

1～2日

症状

吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽度の発熱など

新型コロナウイルス



特徴

風邪のような軽い症状から、強い発熱や呼吸器症状まで幅広い。

潜伏期間

2～4日程度

症状

咳、のどの痛み、37.5度以上の発熱、倦怠感、味覚障害など