

ほけんだより

令和3年11月30日 No.10
朝霞市立朝霞第二小学校 保健室
《かぜ・感染症、増加中！》

12月の保健目標：かぜや感染症を予防しよう…ハンカチ、ティッシュ、予備マスクは持ち歩いていますか？



これは、何の病気のウイルス？

今年も残り1か月となりました。やり残していることはありませんか？

冬は気温が下がり、空気が乾燥して、ウイルスが過ごしやすい環境になります。

2021年を健康で元気に終え、2022年によいスタートが切れるように、できる限りの感染症予防対策をして過ごしましょう！

病気の原因になるウイルスをまとめてみました。みなさんは、何の病気かわかりますか？

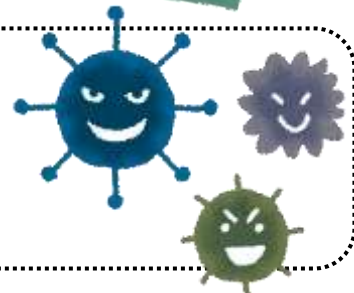
①のウイルス

- ・感染した人のせきやくしゃみでウイルスが広がります。
- ・ウイルスのついた手で鼻や口を触ることで、ウイルスが体に入ります。
- ・発熱（あまり高くない）、鼻水、くしゃみ、せき、のどの痛み等の症状が出ます。



②のウイルス

- ・感染した人のせきやくしゃみでウイルスが広がります。
- ・ウイルスのついた手で鼻や口を触ることで、ウイルスが体に入ります。
- ・発熱（高熱）、頭の痛み、体の痛み、急なだるさ等の症状が出ます。



③のウイルス

- ・感染した人のせきやくしゃみでウイルスが広がります。
- ・ウイルスのついた手で鼻や口を触ることやウイルスがとどまっている空間にいることで、ウイルスが体に入ります。
- ・発熱（微熱～高熱）、強いだるさ、息苦しさ、せき等の症状が出ます。



何の病気のウイルスかわかるかな？
どの病気もせきやくしゃみ、汚れている手等からウイルスが体に入るようだね。
どんな予防の方法があるだろう？



新型^{しんがた}コロナウイルスもインフルエンザも

自分にできる^{じぶん}感染症^{かんせんしやうたいさく}対策^{たいさく} しっかり^{つづ}続けることが^{だいじ}大事



人と一緒^{いっしょ}のときはマスク
ひまつを飛ばさない



人と^{きょり}の距離をとる
(人混みは避ける)



石^{せつ}けんで^{てあら}手洗い
(定期的^{ていきてき}にこまめに)



栄養^{えいよう}や睡眠^{すいみん}をしっかり
体力^{たいりよく}をつける

保護者の方へ

OGoogle Form を活用した健康チェックについて

毎朝のご家庭での健康観察にご協力いただき、ありがとうございます。

本校では、9月より Google Form を活用した健康チェックを実施しております。

毎朝、お子様の健康観察結果をご回答いただいておりますが、学年や学級等の選択間違いが多く見られるようになりました。

健康観察結果をご送信いただく前に、今一度選択項目を見直していただくと幸いです。

引き続き、ご協力の程、よろしくお願いいたします。

*下記の URL や QR コードからでもご回答が可能ですのでご活用ください。

<https://forms.gle/FcB5ERvZi59QJQ5G7>



○感染症の罹患時について

冬は、空気が乾燥してウイルスや菌が広がりやすくなり、感染症にとてもかかりやすいです。

新型コロナウイルス感染症のみならず、インフルエンザや感染性胃腸炎等、さまざまな感染症が流行する時期です。お子様が感染症に罹患された際は、すぐに学校へお知らせください。

ご協力の程、よろしくお願いいたします。