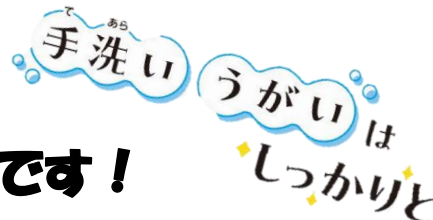




れいわ ねん がつ
令和7年12月
せいいくしょうがっこう ほけんしつ
成育小学校 保健室

きおん さ くうき かんそう ふゆ かんせんしゅうりゅうこう いっぽう
気温が下がり空気が乾燥する冬。感染症流行シーズンがとうとうやってきました。一方で、
ふゆ だからこそ楽しめるものもあります。たとえば、夜空に輝く星は冬のほうがきれいに見えま
す。あたた たい もの さむ ひ た かん ふゆ たの かた さがし
温かい食べ物も寒い日に食べるとよりおいしく感じますね。冬ならではの楽しみ方も探し
てみてくださいね。



がつ か げつ がつ にち きん ほけんしゅうかん
12月8日(月)～12月12日(金)は保健週間です！

ついたち げつ かくがくねん てあら ば けいじ ちようせん
1日(月)から各学年の手洗い場に、クイズポスターを掲示します。クイズに挑戦してみ
てくださいね。せいはいはっぴょう ようか げつ どうが はいしん たんにん せんせい み
正解発表は8日(月)から動画で配信するので、担任の先生に見せてもらって
ください。てあら うがい とうが つく たの
手洗い・うがいについての動画も作っています。楽しみにしててくださいね。

冬に流行しやすい 感染症

インフルエンザ



特徴

つうじょう かぜ くら ぎやうげき
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

かんせんりよく ひじょう つよ
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

かぜ 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

感染症に 気をつけよう



かんせんしゅう おお せき
感染症の多くは、咳やくしゃみ
などで感染します。咳やくしゃみが
出る人はマスクをつけましょう。

また、かんせんしゅうたいさく すいぶん きゅう
も大切です。冬でも脱水が起きるこ
ともあります。こまめな水分ほ 給
を心がけましょう。



かんせんしゅう さまざま かんせんよ ぼう
感染症は様々ですが、感染予防の
基本は同じです。トイレの後、給 食
の前、外遊び・体育の後、掃除の後、
しっかり手洗いをしましょう。



がっき ほけんしつ 2学期の保健室のようす

ほけんしつらいいつしゃ
保健室来室者は
876 人
でした
(8/25～11/25 まで)

はつねつ らいしつ くわ おうと らいしつ
発熱の来室に加え、嘔吐での来室も
みられます。服が汚れてしまったときは、
ほけんしつ き が だ
保健室から着替えを出すことがあ
ります。したぎ (パンツ) は新しいも
のを購入して、下着以外は洗濯をし
て、返却してください。
たいいく 体育でのけがが多くみられます。
じゅんびうどう 準備運動はしっかりと行い、特に首
のストレッチは忘れないようにしま
しょう。

多かったケガ

1位	打ぼく	175人
2位	すりきず	71人
3位	捻挫	32人

多かった時間

1位	休み時間	148人
2位	授業中	75人
3位	体育	53人

多かった症状

1位	頭がいたい	133人
2位	しんどい	76人
3位	熱がある	53人

12月のほけん行事

いつか すい しきかくけんさ ねんせいきぼうしゃ
5日(水) 色覚検査 3年生希望者

★希望調査のしめ切りが本日(28日)まで
となっています。