

ほけんだより



令和7年12月2日

睦合小学校保健室

中村 涼子

かんせんしょう は や きせつ 感染症が流行る季節になってきました。ほんこう りゅうこう きざ 本校でも流行の兆しが見えてきています。インフルエンザ などの場合、これまで普通に過ごしていたのに、きゅう こうねつ 急に高熱が出てくることがあります。あさ お とき 朝起きた時に、「いつもより少しでも体の調子がおかしいな」と思ったら、無理をしないようにしましょう。

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、きゅうげき 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。

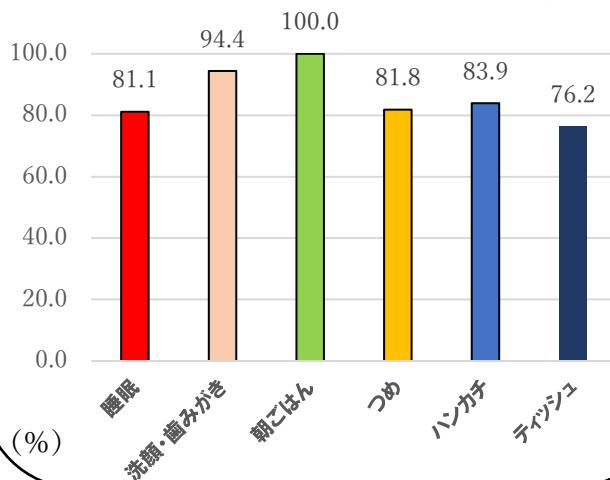
潜伏期間

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

11月 すこやかチェック(全校)



すこやかチェックの結果より

まいつき 每月、すこやかチェックを実施しています。最近、ハンカチ、ティッシュ忘れの人が減ってきました。手を洗ったあとは、きれいなハンカチで拭かないと、洗った意味がありません。これからもハンカチ、ティッシュを持ってくる習慣を続けましょう。

