

ほけんだより 12月

朝日町保小中一貫教育校 朝日町立さみさと小学校 令和7年12月5日発行

冬の感染症に要注意！

今年も終わりに近づき、寒さが厳しくなってきました。クリスマスや冬休み等、子供たちにとって楽しみなことが多い時期ですが、感染症が流行しやすい時期でもあります。体調を万全にして冬を元気に過ごしましょう。

✓ 予防のキホン！手の洗い方

1 石けんをつけ手のひらをこする



2 手の甲を反対の手でこする



3 両手を組んで指の間を洗う



4 指先と爪の間をこする



5 親指をねじるように洗う



6 手首をねじるように洗う



1年生は10月の親子健康教室で学びました。汚れが落ちにくいところを思い出して洗いましょう！



洗った後は、水で流し清潔なハンカチ等で、しっかり乾かしましょう



キモチワルイ… 吐き気・嘔吐

冬に特に流行するのが「感染性胃腸炎」、いわゆる「お腹の風邪」です。

症
状

吐き気
嘔吐
下痢
腹痛
発熱 等

対
応

吐き気を感じたらすぐトイレへ。エチケット袋も用意。

吐物は手袋・マスクで処理。塩素系漂白剤か煮沸で消毒。作業後は石鹼でしっかり手を洗う。

無理に食事を摂らず、安静にし、脱水予防に経口補水液等を少量ずつ頻繁に飲ませる。



インフルエンザA型流行中！

今季は新しい変異株で感染拡大しやすく、**高熱等のほか、腹部症状（吐き気や嘔吐等）**が出ることもあるという特徴があります。お子様の健康観察を十分にお願いします。インフルエンザと診断された場合は**学校へご連絡ください**。出席停止期間が明けて登校する際は、**治ゆ報告書の提出をお願いします**。

