

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い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！

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



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。作業後は石鹸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、治癒報告書の提出をお願いします。

