

ほけんだより 12月



令和7年(2025年) 12月1日 豊中市立緑地小学校 ほけんしつ

12月と言えばクリスマス。クリスマスはケーキやチキンを食べるイメージですが、これは日本だけの文化で、国によってクリスマスの日に食べる物は様々だそうです。『サンタさん、ありがとう!』と感謝を伝えるために、サンタクロースにクッキーとミルクを用意する国もあります。いろいろな国の文化を知ると、イベントがもっと楽しくなりますね。

感染症注意報

自分も まわりも

10のアクション

健康に

過ごすための



ポイント1

ウイルスを寄せ付けない

感染源になるウイルスなどは目に見えません。空気中に漂っていたり、気づかないうちに手についたりしています。換気で外へ逃がす、手洗いで洗い流すなどのアクションを。



ポイント2

免疫力を高める

もともとみなさんに備わっている免疫力を高めれば、ウイルスが体に入ってしまった外に追い出したりやつつたりしてくれます。



ポイント3

うつらない・うつさない

他の人から感染するリスクを高める行動や、自分が感染してしまったときに人にうつす危険のある行動は避けましょう。



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、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

感染症による出席停止期間について

感染症による出席停止期間について、ご理解とご協力ありがとうございます。緑地小学校では、10月下旬頃からインフルエンザや胃腸症状(腹痛・嘔吐・下痢)での欠席が多くみられています。

感染症の出席停止期間は、大切な子どもたちを守るためにできる限り感染が広がらないようにする目的で定められています。『熱が下がった』『もう元気そう』と思っても、病気によってはまだ感染力を持っている場合がありますので、感染症に罹った場合は出席停止期間のご確認をお願いいたします。

感染症によって出席停止期間は異なりますので、ご不明な点がございましたら、かかりつけ医に相談していただくか、保健室までご連絡ください。

