



ふゆ りゅう こう かん せん しょう 冬に流行しやすい 感染症

インフルエンザ



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

しょうじょう 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



とくちょう
特 徵

かんせんりょく ひじょう つよ かんせん
感染力が非常に強く、感染
しゃ はいせつ ぶつ と ぶつ
者の排泄物やおう吐物など
かんせん
からも感染する。

せんぶく き かん **潜伏期間**

1~2日

しょうじょう 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



とくちょう 特 徵

かぜ かる しょうじょう
風邪のような軽い症状から、
つよ はつねつ こ きゅう き しょうじょう
強い発熱や呼吸器症状まで
はば ひろ
幅広い。

せんぶくきかん 潜伏期間

2~4日程度

しょうじょう 症状

せき いた ど
咳、のどの痛み、37.5度
いじょう はつねつ けんたいかん みかく
以上の発熱、倦怠感、味覚
しょうがい
障害 など

12月8日～12月12日は「感染症予防週間」です

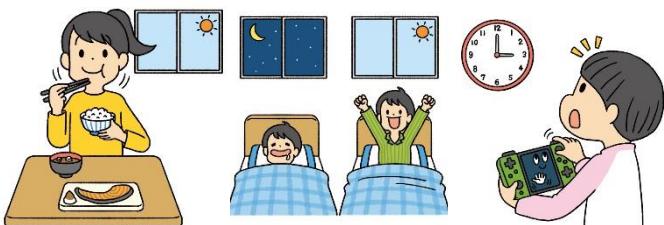


健康委員会の活動で、12月8日～12日の日程で、感染症予防週間を実施します。ウィルスによる病気の予防の基本は「手洗い・うがい」です。今回の感染症予防週間では、給食前の手洗い・うがいができるか、ハンカチ・ティッシュを持ってきているかのチェックをします。全員が感染症予防を心がける機会になればいいですね。

ふゆ 冬休みのすごしかた

もうすぐ冬休みに入ります。楽しい予定がいっぱいの人も、家族とゆっくり過ごす人もいるかもしれません。冬休みを楽しみながら、新学期を元気に迎えるには2つのコツがあります。

規則正しい生活をしよう



早寝早起き、朝ご飯を食べるなど、学校がある日と同じ生活リズムで過ごしましょう。

適度に運動しよう



運動すると免疫力がアップして、体が風邪に強くなります。寒くても汗は出るので水分補給を忘れずに。

ふゆ 冬の交通事故はなぜ多い？

雪で周囲の状況が見えにくい



暗くなる時間が早く、歩行者や自転車が見えにくい



帰省や旅行で車の交通量が増える



積雪や凍結で道路が滑りやすい



暗くなる前に帰宅したり、道路を横断する時は左右の安全をしっかり確認したりして、交通事故を防ぎましょう

感染症やケガには気を付けて、楽しい冬休みを過ごしてください。

始業式に元気な姿で、みなさんと会えるのを楽しみにしています！

