



寝屋川市立和光小学校

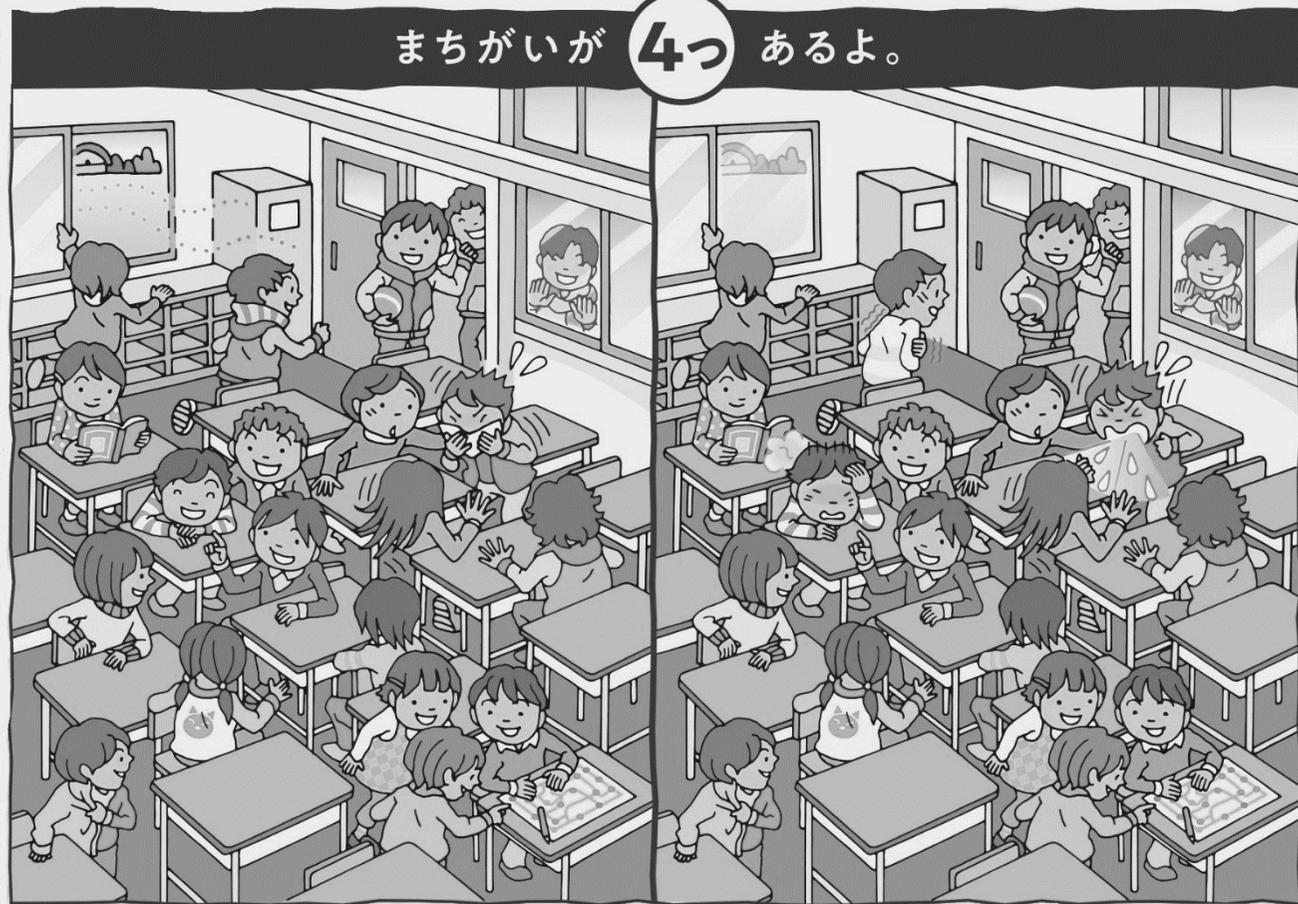
かぜ・インフルエンザの

きせつ
はやる季節です!

まちがいさがし

こたえは保健室前にはってあります。

まちがいが 4つ あるよ。



その症状、インフルエンザかも?!

はつねつ 発熱	ずつう 頭痛	さむけ 寒気 けんだいかん 倦怠感	きんにくつう 筋肉痛 かんせつう 関節痛	せき いだ のど痛
------------	-----------	----------------------------	-------------------------------	-----------------



2測定そくていのときに、予防よぼうで特にがんばってほしいこと2つのお話お話しをしました。覚えてい
ますか? 覚えておぼえている人は、ちゃんとできているかかんがを考えましょう。

感染症対策には
やっぱり手洗い!

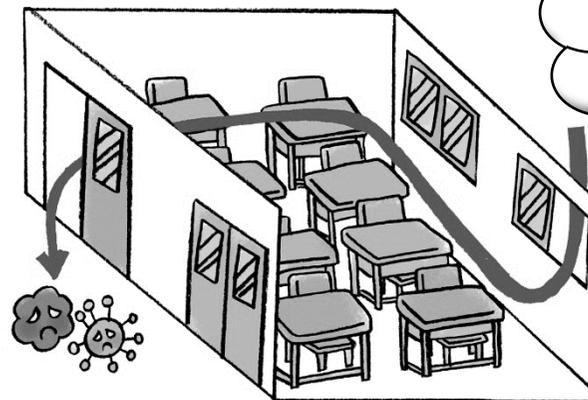
せっ
石けんを泡立てて
すみずみまで!
二度洗いが
効果的!



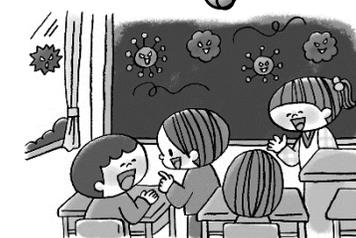
手洗いのポイント

石けんを使うこと
水でしっかり流すこと
ハンカチでふくこと
爪を短く切っておくこと

教室の空気を
いれかえよう。



なるべく遠い所を2か所開けるのがおすすめです。



冬休みの歯みがきカレンダーについて

遅くなりましたが、提出された一人一人のカレンダーを見せていただきました。
毎日言われなくてもいねいに歯みがきできた人、言われてやっとみがいたとい
人、まだまだみがけていない人があったようです。冬休みが終わったからとい
て、歯みがきをしなくてもよくなったわけではありませんよね。自分の歯は自分で
守り大切にしてください。またご家族のみなさま、
ひとこときこの記入、ありがとうございました。
引き続き見守りや応援をお願いします。



感染性胃腸炎ってなに？

原因となるウイルスや細菌

ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルス、
大腸菌、サルモネラ菌、カンピロバクター
など

症状

腹痛、下痢、
嘔吐、吐き気、
発熱・・・



汚物の処理法

使い捨てのマスクや手袋を着用します

汚れた衣服は100倍に薄めた塩素系漂白剤に5～10分浸し、消毒します。
色落ちが気になるものは85℃以上の
お湯に2分以上浸します

汚れた場所もしっかり消毒します



嘔吐した場所や処理した場所などに残りやすく、少ない菌（ウイルス）でも、
長期間にわたり感染力を保つものがありますので、学校で嘔吐の対応は次のとおり
ります。ご理解いただきますようお願いいたします。

*単なる食べすぎや咳などでむせてしまったの嘔吐などが考えられる場合も
含め、すべての嘔吐について、片付けの後、消毒薬での消毒をします。

*本人の汚れものについては、学校で洗わずにビニール袋などに密封して持ち
帰らせます。

朝ごはんんで 〇〇がアツプ!



体温がアツプ!

寝ている間に下がった体温が
上がり、体が目覚めます。



内臓の活動、アツプ!

胃腸の動きが活発になり
排便をうながします。



集中力がアツプ!

体や脳に栄養補給して、元気に
なり、集中力も上がります。

冬でも学校には
水筒を!

空気はカラカラ...
感染症にも
対策にも

冬もこまめに
水分補給!

すい ぶん ほ きゅう