

ほけんだより

神石高原町立神石小学校 保健室

令和7年9月11日

先週末から今週にかけて発熱等でお休みしたり、早退したりする児童が増えてきています。受診された保護者の方から溶連菌感染症やアデノウイルス感染症なども流行していると病院で言われていました。学校でも感染予防に努めていきますので、おうちの方でもよろしく願いいたします。

感染症予防をお願いします！

- ① マスクの着用をお願いします（今の状況が少し落ち着くまで感染予防のため＊ランドセルに予備マスクの準備もお願いします。）
- ② ハンカチ持参（給食前・休憩後・トイレあとなど手洗い励行）
- ③ 早寝・早起き・朝ごはん（免疫力を高めてウイルスをやっつける）

家を出る前にチェック！



- 熱がある
- 鼻水やせきが出る
- 発疹がある
- 頭痛や腹痛がある
- 食欲がない



当てはまるものがあつたら風邪かもしれません。風邪がはやり始める時期です。休むほどでなくても、その日は早く寝たり、激しい運動は控えたり、体調を整えましょう。

ウイルスはどこから来るの？

風邪などの原因になるウイルスは、みなさんの体に3つの方法で侵入してきます。

空気感染



窓を閉め切った部屋の空気中にはウイルスがたくさん漂っています。その空気を吸い込むと体にウイルスが入ってきます。

接触感染



ドアノブなどたくさんの人が使う場所についていることが多いです。そこを触った手で口や鼻などを触ると体に入ってきます。

飛沫感染



感染した人がせきなどをしたとき、唾と一緒にウイルスが飛び散ります。それを他の人が吸い込むと体に入ってきます。

ウイルスを寄せ付けないためには、換気と手洗い・うがいが大切。こまめに行って、ウイルスを追い払いましょう。