



ほけんだより12月号



令和3年12月1日(水) 多那小学校保健室

ついに今年も最後の1ヶ月となりました。今年も、新型コロナウイルス感染症の影響で行事が変わった
り、楽しみにしていたこともえんき・中止になったりしました。その中でもみなさんは、6年生中心にしっ
かり準備をし、楽しみながら全力で取り組みましたね。コロナでさんねんなこともありましたが、コロナだ
からこそ得られたものもあつたはず！今年もよい1年だったなあと考えるように、2学期をしめくくろう。

空気がカラカラにか
んそうしています

かぜのはやる季節です！

～もう1度たしかめよう～

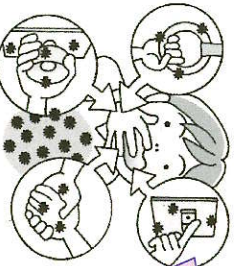
たしかめ① 感染症ってどうやってうつるの？ 感染症のうつりかた＝感染経路

せっしよく感染

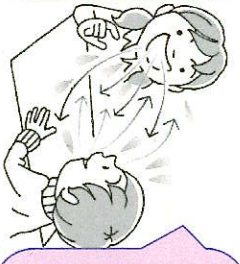
ウイルスがついた物を手でさわ
り、手から口などに入りうつる

ひまつ感染

せきやくしやみからでたウイルスを
鼻や口からすいこぶことでうつる



ウイルスがついた手でごはんを
食べた、顔をさわったりする
ことでウイルスが体の中へ！
鼻・口・目から入るよ！



せきやくしやみなどで飛ぶつば
のしぶきを「ひまつ」と言うよ
しん幹線と同じくらい早いので1
～2メートル飛ぶそうです！

たしかめ② 感染症のうつりかたは、感染症のしゆるいによって変わります！

感染症をひせぐには？

いつもの予防をいつもいじように！

ただしく手あらい



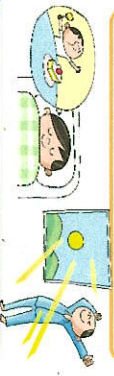
マスクを正しく



きよりをしっかり



生活リズムを正しく



あわあわ手あらいの歌
であらおうね！

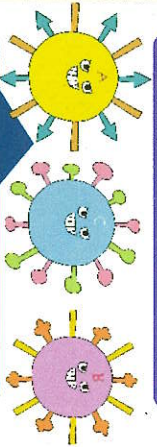
鼻をしっかりとかくそう！

1～2メートル！手を
ひろげよう！

草ね・草起き・朝ご飯
で体を強くしよう！

たしかめ③ 今年はどうなる？ インフルエンザ！ そなえあればうれしいなし

インフルエンザウイルス	インフルエンザウイルス
症状	かぜの症状に+38℃以上の発熱・体の痛 み・強いだるさ
うつり方	せっしよく感染・ひまつ感染
すすみ方	急激にすすむ(急に体調かわるくなる)
はやる時期	12月ころ～3月ころ



特別に、ほくたちのとくち
ようをおしえるよ～