

ほけんたちよ

おのみちしりつむかいひがししょうがっこう へいせい ねん がつ にち すい
尾道市立向東小学校 平成29年11月22日(水)



りっとう 立冬をすぎ、きせつ 季節はすっかりふゆ 冬になりました。だんだんとふとん 布団から
でるのがつらくなってきましたが、みなさんすっきりとめざましく目覚めること
ができていますか？さいきん 最近、たいちょう 体調をくずしてやすみ 休む人が増えて
います。しっかり食べて、しっかり寝る！これを心がけましょう。たいちょう 体調がわるい
ときはむり 無理をせず、おうちの人とそうだん 相談してくださいね。

せきやくしゃみで ウイルスが飛ぶ距離はどのくらい？

ゴホッ ゴホッ
はっはっ
はっしょーん！

こたえ だいたい1~2メートルくらいといわれています。
いま、あなたから2メートル以内のところに、何人いますか？
何も対策をとっていないと、ウイルスは近くにいる人にどんどんうつってしまいます。



がっこう 学校では、クラスの友だちやたてわり班の友だち、せんせい 先生やちいき 地域の方、
たくさんのひと ひとと一緒に活動したりお話ししたりします。そんながっこう 学校で
みなさんが口をおおわずにせきやくしゃみをしてしまうと…どうなる
でしょう？

まわりのひと ひとにうつさないようにするために有効なのはマスクです。みなさん持っていますか？マスクでまわりのひと ひとと自分をウイルス
からまも 守りましょう！！

あなたはどっち！？



せっけんをつけるの
なんてめんどくさい！！
みず 水だけで洗えばきれい
になるよ！

せっけんをつけていてね
いにあろうよ！
みず 水だけでは手のよごれ
はぜんぜんおちないよ！



あ！ハンカチ忘
れた！制服でふ
いちゃえ！

あら 洗った手はきれいな
ハンカチでふくよ！
ハンカチは毎日きれ
いなものを持ってき
ているよ！



ちょっと待った！よごれがのこっています！



感染性胃腸炎 注意報

11月～翌2月にかけて感染性胃腸炎が流行します。

症状

病原菌で異なる

下痢、嘔吐、悪心、腹痛、
発熱など。病原菌の種類
や個人差により、症状は
異なります。

感染経路

食べ物から・人から

・汚染された食べ物によ
る経口感染
・感染患者のふん便や吐
物からの二次感染 など

○おうちでの予防のポイント

排便後や調理・食事の前の手洗いを徹底しましょう。二枚貝や
鶏肉などを調理するときは、中まで十分に加熱してください。

さむくなり、ふくつう 腹痛やげり 下痢での
お休みが増えています。これ
からの時期、かんせんせい 感染性胃腸炎
の可能性も考えられま
す。手洗いをしっかり
しましょう！おうとぶつ 嘔吐物
などのしゅり 処理にも
じゅうぶん 十分な注意が必要
です。

