



# げんき げんき 元気★元気

子吉小学校 保健室  
令和7年12月24日(水)  
No.17



お子さんと一緒に保健だよりを読んでください

感染症注意報

自分も  
まわりも

10のアクション  
健康に  
過ごすための



ポイント★1

ウイルスを寄せ付けない

感染源になるウイルスなどは目に見えません。  
空気中に漂っていたり、気づかないうちに手に  
ついたりしています。換気や外へ逃がす、手洗  
いで洗い流すなどのアクションを。



ポイント★2

免疫力を高める

もともとみなさんに備わっている免疫力を高  
めれば、ウイルスが体に入ってしまった外  
に追い出したりやつつけたりしてくれます。



ポイント★3

うつらない・  
うつさない

他の人から感染するリスクを高  
める行動や、自分が感染してし  
まったときに人にうつす危険の  
ある行動は避けましょう。



かんせんけいろう べつ  
感染経路別

ふゆにきをつけたい  
冬に気を付けたい

びょうき  
病気の例

かんせんけいろう  
覚えておきたい4つの感染経路

ひまつかんせん 飛沫感染	せつしよくかんせん 接触感染
せきやくしゃみなど で飛び散った飛沫に みくまれたウイルスな どを吸い込む	ウイルスなどがつい たものに触れた手で 自分の鼻や口に触れ る
くうきかんせん 空気感染	けいこうかんせん 経口感染
くうき 空気の流れに乗って 漂うウイルスなどを 吸い込む	ウイルスなどがつい たものを口にする

ひまつ せつしよくかんせん  
飛沫・接触感染

☒ しんがた  
新型コロナウイルス感染症

☒ インフルエンザ

☒ ようれんかんせんしやう  
溶連菌感染症  
など

くうき ひまつ せつしよく けいこうかんせん  
空気・飛沫・接触・経口感染

☒ かんせんせい いちようえん  
感染性胃腸炎  
(ノロウイルス)  
など



冬休み中に**歯科・眼科の受診**をお願いします！

春の健康診断で、受診が必要なお子さんに「受診のおすすめ」を配付しています。これまで、  
たくさんの用紙が返却されていますが、まだ受診が終わっていない人もいます。

12月時点で用紙返却がない以下の人を対象に、再度「受診のおすすめ」を再配布します。

①**歯科：むし歯がある人**

②**眼科：視力がC～Dの人**

※すでに受診済みの場合は、その旨を用紙にご記入の上、提出をお願いいたします。

1年

2年

3年

4年

5年

6年

むし歯0  
まで  
あと何人？

2人

4人

2人

4人

2人

1人