

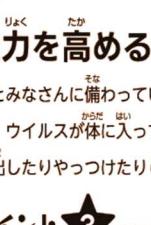
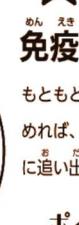


子吉小学校 保健室  
令和7年12月24日(水)  
No.17

おうちの方へ 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  
過ぎごすための健康に



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。換気で外へ逃がす、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ても外に追い出したりやっ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。

冬に気をつけたい  
病気の例

おぼえこあきたい4つの感染経路

飛沫感染 接触感染

せきやくしゃみなど  
で飛び散った飛沫に  
含まれたウイルスなど  
を吸い込む

空気感染 経口感染

空気の流れに乗って  
漂うウイルスなどを  
吸入する



おうちの方へ 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るようです。

12月時点で用紙返却がない以下の人に、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

むし歯ゼロまで  
なんにんあと何人？

