

# 12月のほけんだより

伊豆下田分校 保健室

今年も残りわずかとなりました。今年はどうな1年でしたか？  
 新型コロナウイルスの影響で、制限されることもたくさんありましたが、  
 みんなの元気なパワーで今年を乗り越えることができました。  
 2週間という限られた冬休みを安全に楽しく過ごしてくださいね。  
 来年も元気な姿で会えるのを楽しみにしています！

## 冬に流行する2大感染症！

そもそも冬に感染症が流行する理由

- ①気温や湿度が低くなりウイルスには絶好の環境 ②人の免疫力の低下

### ①インフルエンザ



-インフルエンザ情報-

12/5～12/11までの間で…  
 全国：1,238人  
 静岡：35人が罹患しています  
 ※昨年のこの時期は全国で  
 35人でした。

予防接種・手洗い・マスクが有効！

### ②感染性胃腸炎(ノロウイルス)

突然の嘔吐と下痢が特徴！ 感染力がとても強い！

＜大切なこと＞

- ・アルコール消毒より流水での手洗いがいちばん有効！
- ・脱水にならないように気をつける！
- ・汚れた衣類は次亜塩素酸(ハイター等)で洗う！



## -保健関係の提出物について-

### ①「冬休みの生活表について」プリントを配布します(全員)

冬休み中の様子や3学期の検診予定のご記入をお願いします。

### ②預かり薬と与薬依頼書を返却します(対象者)

薬は適宜新しいものと交換をしていただき、変更点などについては与薬依頼書に赤ペンで記入をお願いします。

どちらも1月6日(金)始業式に持ってきてください。

※薬を毎日飲み始めた、薬の種類が変わった場合には、連絡ノートを通して教えてください。また、災害時の薬を学校に預けたい場合には書類をお渡しします。

## -体調を崩したときは-

12月・年末年始の1次救急当番は賀茂地区医師会のHPより確認ができます。ご利用ください。

また、コロナウイルス感染症やインフルエンザに罹患した、PCR検査を受けた場合は学校に連絡をお願いいたします。

電話番号0558-25-1455 学校携帯090-8953-5106



## -冬休み中のお願い-

### ①引き続きコロナウイルス対策を！

マスクの着用・換気・手洗い・検温



### ②治療は済みましたか？

1学期の健康診断後に、「受診の勧め」の紙をもらったご家庭がいると思います。受診は済んでいますか？お忙しいとは思いますが、年内に済ませて体も心もスッキリしましょう！

