

# ほけんだより

令和元年 12月 18日  
北九州市立河内小学校  
保健室

ふゆ りゅうこう しょくちゅうどく  
冬に流行する食中毒



## ノロウイルスに注意しよう

せんしゅう しない ようちえん しょうがっこう かんせんせい い ちようえん うたが しゅうだんかんせん ほうこく  
先週、市内の幼稚園や小学校で、感染性胃腸炎（ノロウイルス 疑い）の集団感染が報告されています。例年、ノロウイルスの流行は12月にピークを迎えます。十分な手洗いで感染症を予防し、元気に冬休みを過ごしてくださいね。

### かぜ・インフルエンザ・感染性胃腸炎のちがい

病名	症状	熱	せき くしゃみ	鼻みず 鼻づまり	のどの 痛み	関節など 体の痛み	頭痛	腹痛	吐き気 おう吐	下痢
一般的な かぜ		○ 37~38℃	○	○	○	—	○	—	—	—
インフルエンザ		◎ 38℃以上	○	○	○	◎	◎	—	—	—
ノロウイルスなどの 感染性胃腸炎		△	—	—	—	—	—	◎	◎	◎

※おおよその目安です。頭痛や腹痛など、体の状態や症状によって違いはあります。



### ちりょう ことし ～治療は今年のうち！～

がっき おこな けんこうしんだん けっか ちりょう ひつよう こ てがみ  
1学期に行われた健康診断の結果で、治療が必要なお子さんには手紙  
(ちりょうかんこく) をお渡ししました。まだ病院へ行っていないお子さんは、はやく  
じゅしん すす ちりょうかんこく てもと ばあい さいはっこう  
の受診をお勧めします。治療勧告がお手元にない場合は、再発行しますので  
ご連絡ください。



#### 1. 2年生用

ふゆやす あいだ ただ せいかつ  
冬休みの間も、きそく正しい生活を  
こころ  
心がけよう！

しょうがつ ふゆやす たの ぎょうじ つづき  
クリスマスやお正月…冬休みは、楽しい行事が続きますね。この時期は、つつい寝る時間が遅くなってしまいがちです。自分で冬休みの生活の目標を決めて、生活リズムが大きくずれてしまわないように、心がけましょう。

しぎょうしき ひ め  
1月8日（水）の始業式の日には、すっきり目ざめて  
げんき とうこう  
元気に登校してきてください。

じぶん き  
自分で決めよう

あさ 朝は \_\_\_\_\_ 時に起きる

よる 夜は \_\_\_\_\_ 時に寝る

\_\_\_\_\_ をがんばる