



令和7年12月2日

東野小学校

保健室

イベントもりだくさんの2学期が終わり、もうそろそろ冬休みがやってきます。広島県内ではインフルエンザがはまっているようですが、東野小学校ではみんなの協力のおかげで感染症がはやる様子はありません。引き続き手洗いうがい、せきエチケットやいい生活リズムを意識して感染対策をおこなっていきましょう。

手洗いうがいは しっかりと

外からかえったあと、手あらいうがいできていますか？いろいろなことをしたあとの手は、思っている以上によごれています。

ごはんの前やトイレの後など、こまめに手あらいうがいをするよう意識しましょう。

冬に流行しやすい感染症

インフルエンザ



特徴

通常の風邪と比べて、急激に強い症状が現れる。

潜伏期間

1～3日

症状

38度以上の高熱、頭痛、関節痛、咳、鼻水、倦怠感、悪寒 など

ノロウイルス



特徴

感染力が非常に強く、感染者の排泄物やおう吐物などからも感染する。

潜伏期間

1～2日

症状

吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽度の発熱 など

新型コロナウイルス



特徴

風邪のような軽い症状から、強い発熱や呼吸器症状まで幅広い。

潜伏期間

2～4日程度

症状

咳、のどの痛み、37.5度以上の発熱、倦怠感、味覚障害 など

そのひと言、
千々に刺さって
いませんか？



伝え方ひとつで相手の気持ちは変わ
ります。相手を傷つける「ちくちく
言葉」ではなく、相手を思いやった
「ふわふわ言葉」を使いませんか。
言いかえた言葉を探して線で結んで
みてください。

うるさい！

なんで
できないの？

やめて！

どいて

こうしてくれると
うれしいな

ちょっと
通してくれる？

どうしたら
できるかな？

小さい声に
してほしいな



いかに上手に伝えるか

いかに上手に伝えるか

いかに上手に伝えるか

はみがきしどうをしていただきました

11.13（木）に、歯科衛生士の薮上さんにきていただき、4年生がはみが
きしどうをしていただきました。小学校高学年から歯肉炎がふえるという
ことで歯肉炎についてのお話をいただき、鏡でじぶんのはぐきを観察
しました。そのあとみがきのこしがいいか実際にそめだしをして、はをみが
く練習をしました。4年生のみなさん、教えてもらったことを毎日のはみが
きに生かせるといいですね。

