



ほけんだより12月

特別号

令和3年12月10日発行
日南市立大窪小学校保健室

おうちのかたと
いっしょによんでね

感染症が流行しています…！

寒い時期となり、溶連菌感染症や感染性胃腸炎などの感染症が流行し始めました。大窪小学校でも、体調の優れないお子さんが増えています。日頃から『バランスの良い食事』、『適度な運動』、『十分な睡眠』を心がけ、病気に負けない体づくりをしましょう。

うつる病気：感染症予防



溶連菌感染症ってどんな病気？

○ はやる時期は？

おもに11月～4月

○ 菌がうつってから、症状が出るまでに どれくらいかかるの？

2～5日

※ 薬をきちんと服用すれば、24時間以内に感染力はなくなる！

○ どうすれば予防できる？

- ・ 石けんで手洗い、うがい
- ・ タオル、食器を別々に使う
- ・ マスクをつける

○ どんな症状があるの？

- ・ ねつが出る
- ・ のどの痛み
- ・ 腹痛
- ・ 発疹が出る
- ・ 舌にぶつぶつができる
- ・ 吐き気

○ どうやってうつるの？

① 口や鼻からうつる

⇒ せきやくしゃみに含まれる菌を
吸いこむことでうつる

② 皮膚からうつる

⇒ 皮膚と皮膚がふれたり、タオル
をいっしょに使ったりすることで
うつる

大窪小でも流行しています。
「体調がわるいなあ」と思ったら、
すぐに病院受診を！

