

# ほけんたより

令和8年1月28日(水)

敷島南小学校保健室

ひよ  
おうちの人と読んでください!

## インフルエンザ ちゅういに注意してください!

先週から、甲斐市内の小中学校ではインフルエンザにかかる人がとても増えています。南小でも、今週はインフルエンザの人が増えてしまい、2年生で学級閉鎖になりましたが、他の学年学級でも、インフルエンザにかかる人が増えています。「自分もかかるかもしれない」と思って、十分注意してくださいね。

くあい  
具合がいつもと  
ちがうと感じたら、  
必ず熱を測って  
ください!



### ～感染症予防のために～ 生活を見直そう！チェック！！

○・△・×

せっけんで手をあらっていますか？

ハンカチを持ってきていますか？

せきやくしゃみが出るときは、マスクをしていますか？

朝ごはんは、毎日食べていますか？

夜ふかししないで、早く寝ていますか？

具合がおかしいな…と感じたら、すぐに熱を測るようにしていますか？

### 正しい体温計の使い方

あなたは正しく測っていますか！？

【準備】汗をかいている時は、乾いたタオルなどでふきます。



【測り方】①わきの下のくぼみに、体温計の先をしっかりとあてます。

②腕をおろして、体温計をはさみます。

③決められた時間まで待ちます。(音が鳴って知らせてくれるものもあります。)

【注意】\*測っている間は、動いたりしゃべったりしてはいけません。



\*わきにはさんだ後、体温計の表示を見ながらだと、

正しい位置で測れません。測り終わってから確かめましょう。

※正確に測るためにには、だいたい10分くらいかかると言われています。

そのため、体温計には「実測式」と「予測式」の2種類があります。

実測式の場合…ある程度の時間が経つと、音が鳴ったりして知らせてくれますが、

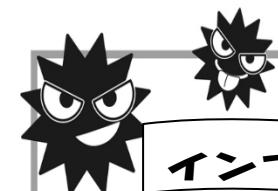
正確な体温を測るためにには、だいたい10分くらい必要です。

(予測式に比べて、低めになることがあります。)

予測式の場合…計算によって、10分後の体温を予測して表示します。

たいおんけい  
おうちの体温計は  
どちらでしょう？





## インフルエンザの ギモン・質問！？

ギモン: インフルエンザは、1回かかったら、2回はかかるない?

An illustration of a boy and a girl. The boy on the left has brown hair and is wearing a green shirt, with a star-shaped thought bubble above his head containing a lightning bolt symbol. The girl on the right has brown hair tied back and is wearing a pink and white striped shirt, with a star-shaped thought bubble above her head containing a lightning bolt symbol. Both characters have a thoughtful expression with their hands near their faces.

こたえ:インフルエンザには、A型とB型があります。A型とB型の両方にかかるてしまう可能性がある  
ので、一度かかるても、油断しないで予防に気をつけましょう。

2学期はA型にかかった人が多かったですが、3学期はB型がはやっています。

ギモン: よぼうせつしゅ 予防接種をすれば、かからない?

【たえ】: インフルエンザの予防接種は、からなくするためのものではありません。

トランブルルアリの小物授業は、かがうよくするためのもので、かかる時に、重症になるのを防ぐためのものです。

だから、**予防接種をした人も、予防はしっかりしましょう。**



ギモン: かぜ薬くすりを飲めば、インフルエンザは治るなお?

こたえ: かぜ薬や熱を下げる薬は、インフルエンザの症状を少しやわらげる効果がありますが、

治るわけではありません。「薬を飲んで熱が下がったから、もう大丈夫」と思うのは危険

です。また、「薬を飲んで少しよくなつたから、インフルエンザでなくて普通のかぜ

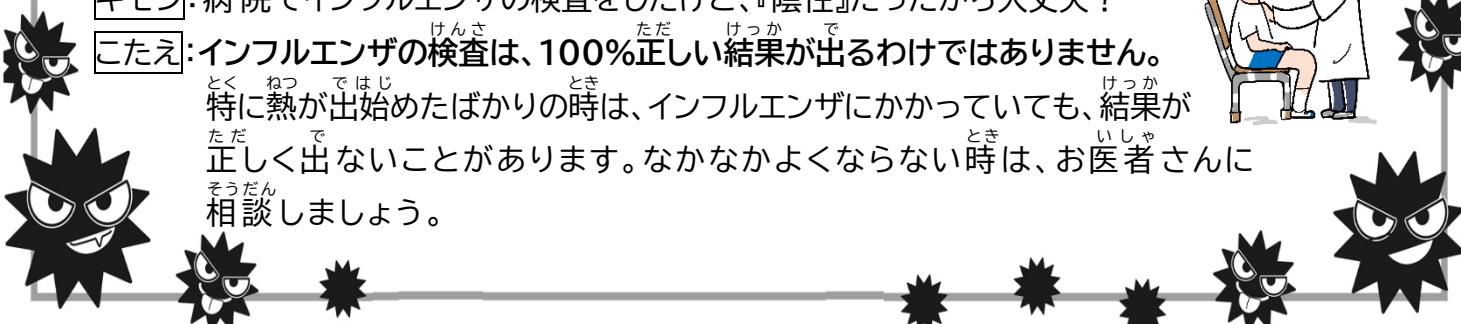
だったんだな。」と思うのも危険です。

ギモン: 病院でインフルエンザの検査をしたけど、『陰性』だったから大丈夫?

こたえ: インフルエンザの検査は、100%正しい結果が出るわけではありません。

特に勅が出始めやばかいの時は、ハコルエニゼにかかっていて土 結界が

特に熱が出始めたばかりの時は、インフルエンザにかかるついても、結果か  
たゞで正しく出ないことがあります。なかなかよくならない時は、お医者さんに  
相談しましょう



## ～保護者の皆様にお願い致します～

☆現在、市内の小中学校では、インフルエンザB型の感染者が非常に多くなっており、本校でも急増しています。感染力がとても強い印象です。

(2学期はA型が流行していました。また、少しですがコロナの感染者もみられます。)

☆朝は、必ずお子さんの体調を確認してから登校させてください。体調が思わしくない場合は、無理をして登校させず、ご家庭で様子をみてください。

☆学校は集団生活の場です。特に、感染症の流行時期には、お子さんの体調が悪い場合、早めの段階で保護者の方へ連絡し、お迎えをお願いすることもありますが、ご理解ご協力をお願い致します。

☆インフルエンザやコロナに罹患した場合、学校は出席停止となります。治って再登校するにあたり、病院の登校許可書等は不要ですが、保護者の方にご記入いただく用紙があります。本校のHPからダウンロードして印刷できますので、該当の際はご提出をお願い致します。

