

保健便り NO.25

平成30年11月19日 平戸市立山田小学校
文責 眞辺 成子

朝・晩は気温がグッと下がり、冷え込むようになりました。



「お腹が痛い」「吐き気がする」「咳が出る」という人もいます。体調管理に気を付けましょう。

ウイルスくんはこんなヒトが大好き!

ウイルスくんにインタビュー!

**くしゃみやせきを
手で押さえない子!**
おかげで他の子のところまで飛んでいけるんだ～

手を洗わない子!
家に帰ったときや、ごはんの前に洗わない子が特にスキ!

窓を閉め切った部屋にいる子!
外に追い出されず、一緒にいられてしあわせだな～

夜ふかしをする子!
寝不足の子はめんえき力がないから、すぐに友だちになれるよ

人ごみの中によく行く子!
仲良くなるチャンスがいっぱいあるよ

ウイルスくんが嫌いなヒトはどんなヒト? わかったかな?

保護者の方へ

インフルエンザは、例年1月から本格的な流行が始まり、2月初旬から中旬にかけてピークに達する傾向にあります。予防には「ワクチン接種」「咳エチケット」「うがい・手洗い」等、効果があります。

ワクチンは、接種すればインフルエンザに絶対かからないというものではありませんが、発症及び重症化を一定程度予防する効果があります。ワクチンの予防効果が期待できるのは、接種した(13歳未満の場合は2回接種した)2週間後から5ヶ月程度と考えられています。10月から接種可能となっています。

19日(月)～23日(金)まではメディコン曜日変更週間になっています。お子様と話し合われて、この期間内でメディコンに挑戦する日を決めてください。