

ほけんだより 12月

令和7年 12月
枚方市立交北小学校
NO.8

今とは違い、昔は日の入りが一日の始まりと考えられていました。そのため一年の始まりは大晦日の夕方。一年で最初の食事の夕食にごちそうをたべて新年を祝いました。このごちそうは、一年無事で過ごせた感謝と、無病息災を願う、新しい年の神様「年神様」へのお供え物でもあります。みなさんも一年の感謝の気持ちと次の一年の健康を願って、大晦日の夕飯を食べてみてください。



まだまだインフルエンザはやってきます！



交北小学校では「インフルエンザ」が流行中！
寒さもとても厳しいですね。気温にあった服装や、必要ならばマスクをするなど、出来る事をやってみよう！



楽しい楽しい冬休み！
体調以外にも気を付けてほしいことがあります！それは「交通事故」です！

冬の交通事故はなぜ多い？



暗くなる前に帰宅したり、道路を横断する時は左右の安全をしっかりと確認したりして、交通事故を防ぎましょう

ウイルスに好き嫌いをインタビュー

好きなものは？

オレさまたちウイルスは、かわいた空気がだいすき！ だって、空気の中をふわふわ飛びやすいんだ。しかも、人間ののどや鼻の中がかわいてカサカサになったら、オレさまたちを追い出す線毛の動きも弱まる。だから体の中に入っていきやすくなるんだぜ。冬はオレさまたちの大チャンスってわけさ！

嫌いなものは？

実はな、オレさまたち、湿った空気が苦手なんだ。湿気があると空気の中を飛びづらいし、人間ののどや鼻の中がうるおって、線毛につかまって体の外に出されちゃうんだ。だから加湿器とか、水を飲むとか…そんなことされると困っちゃうんだ。オレさまたちが体に入る前に洗い流しちゃうてあら、手洗い・うがいも苦手だな。くう〜、これ以上は言わせるなよな！

えっっ！！？ ウイルスにインタビュー！！？

ウイルスにも好き嫌いがあるそうです！
つまり、みなさんは
ウイルスの嫌いな事を 行えばいいんだね！

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



ふ ゆ や す み を
ふ フルーツや野菜を食べて、カゼに負けない体を作ろう
ゆ ゆわくに負けず、たばこやお酒は断ろう
や やりすぎ注意！ スマホやゲームは時間を決めて
す すいみん時間はたっぷり取ろう
み みんなで笑って、よいお年を

