

ほけんだより

スマイル

ふゆ かんせんしょうたいさくごう 冬の感染症対策号

株洲市立蛸島小学校

2025. 11. 12



株洲市内の学校で、さまざまな感染症がはやっています

現在、株洲市内の学校で、さまざまな感染症（病気）がはやっています。蛸島小学校では、お医者さんから感染症の診断を受けた人はまだいませんが、いつ、病気がはやってもおかしくない状況です。病気について知り、予防のためにできることをしっかり行いましょう！

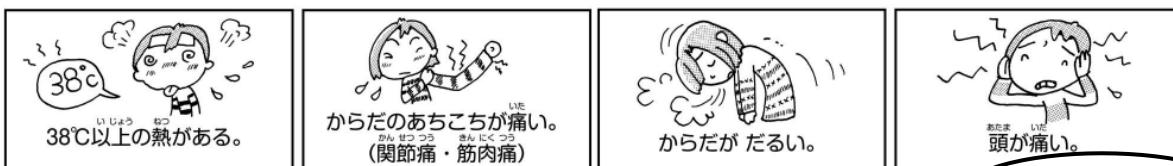
注意したい病気その1：インフルエンザ

うらめんの
よぼう
「予防のためにできること」を
かなら
必ずチェックしよう！

【潜伏期間】 平均2日（1～4日）。（感染してから熱などの症状が現れるまでの時間）

【感染期間】 発熱1日前から3日目をピークとし7日目頃まで。

【症状】 このような症状がみられることが多い↓



とうとうまえよう
登校前に要チェック！

<小学生では…> 発熱・頭痛・腹痛・のどの痛みでの欠席が多いです。

注意したい病気その2：伝染性紅斑（りんご病）

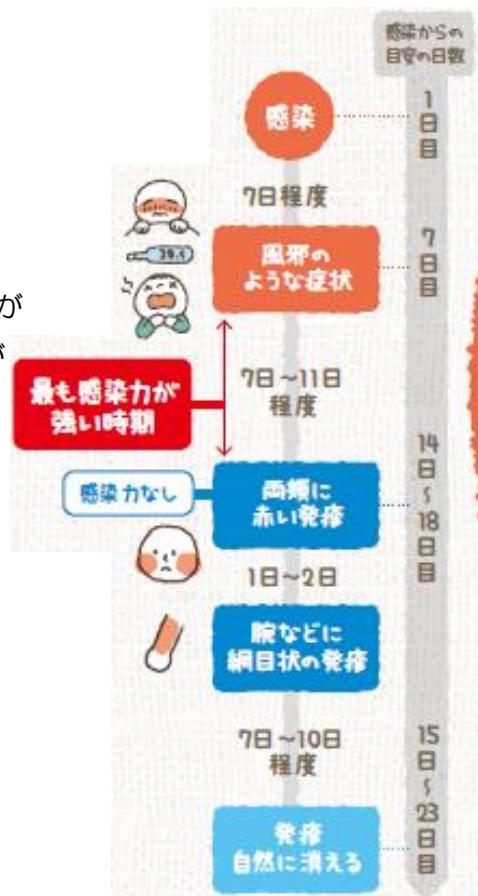
【潜伏期間】 4～14日（～21日）。

【感染期間】 (右図参照)

【症状】 感染すると微熱、のどの痛みなど、かぜのような症状が出て、その後、両ほほに平手打ちされたような赤い発疹がみられる。さらに1～2日後にうでなどにあみめ状の発疹が出ることもある。

この発疹は7～10日ほどで自然に消える。

妊婦さんが感染すると、赤ちゃんに影響があるため、注意が必要です。



うらめんにつづく

注意したい病気その3：新型コロナウイルス感染症

[潜伏期間] 発症2日前から発症後7～10日間。



[感染期間] 約2週間以内。

※最新の変異株は潜伏期間が短くなっているため、最新の情報を確認してください。

[症状] 発熱、せき、のどの痛み、だるさなど、一般的なかぜとほぼ同じ。

お年寄りや基礎疾患のある方は症状が重くなる傾向があり、注意が必要です。

注意したい病気その4：感染性胃腸炎（ノロウイルス感染症など）

これから
はやるかも…

[潜伏期間] 12～48時間。

[感染期間] 便中にウイルスが3週間以上排出されることもある。



[症状] 嘔吐が1～3日続き、その後、下痢が3～7日ほど続く。発熱が

みられることがある。子どもやお年寄りは症状が重くなることがあります。注意が必要です。

さまざまな病気にかからないために…

予防のためにできること



てあらい・消毒

- ・せっけんですみずみまで！
- ・てあらい後、アルコール消毒をすると、より効果的です。



マスク

- ・鼻と口をしっかりおおう、正しいつけ方をしましょう



かんき

- ・まどを開けましょう。
- ・空気がカラカラにかわかないよう、しつどにも注意。



体調チェック

- ・登校前のチェックが重要！
- ・体調がいつもとちがうときは無理せず休みましょう。

たこじましょ
靖島小のみんな、そして、家族のみんなが元気にすごすためには、



わたし
私たちひとりひとりが病気の予防をすることが大切です！一緒にがんばりましょう！



<参考文献>

- ・教えて！ドクター「インフルエンザについて」、「伝染性紅斑（りんご病）について」
- ・厚生労働省「新型コロナウイルスに関するQ&A」、「感染性胃腸炎（特にノロウイルス）」