

# ほけんだよ!

令和7年1月1日  
調布市立若葉小学校  
校長 内藤みゆき  
養護教諭

今年も残すところあとわずかとなりました。この1年、健康に気をつけて過ごすことはできましたか？若葉小では現在インフルエンザが流行しています。1年の最後に体調をくずしてしまわないように、手洗いうがいをしっかりと行い、体調管理に気をつけましょう。

## \*.\* ウィルスはどこから来るの？

風邪などの原因になるウイルスは、みなさんの体に3つの方法で侵入してきます。



窓を閉め切った部屋の空気中にはウイルスがたくさん漂っています。その空気を吸い込むと体にウイルスが入ってきます。



ドアノブなどたくさん的人が使う場所についていることが多いです。そこを触った手で口や鼻などを触ると体に入ってきます。



感染した人がせきなどをしたとき、唾と一緒にウイルスが飛び散ります。それを他の人が吸い込むと体に入ってきます。

ウイルスを寄せ付けないためには、換気と手洗い・うがいが大切。こまめに行って、ウイルスを追い払いましょう。



保護者の方へ

## 感染予防へのご協力のお願い

※校内の感染状況把握のため、体調不良による欠席連絡の際は「発熱の程度」や「症状」を詳しくお知らせください。

※学級内でインフルエンザ等の感染者が増えてきた場合は、マスクの着用を推奨しています。いつでも着用できるように、お子さんにマスクを持たせてください。

