











今年の冬は、いつものかぜ・インフルエンザ予防とともに、新型コロナウイルスの予防対策もしていかなければなりません。とはいえ、これまで学んできた『手洗い』や『咳エチケット』、『きそくたしい生活習慣』などの基本的な予防が大切となります。みんなで健康にこの冬を過ごしていけたらと思います。

＼症状はどう違う？／

「新型コロナ」「かぜ」「インフルエンザ」

症状	新型コロナウイルス感染症	かぜ	インフルエンザ
発熱 	平熱～高熱	平熱～微熱	高熱
せき 	◎	◎	◎
のどの痛み 	○	◎	◎
息切れ 	○	×	×
だるさ 	○	○	◎
関節痛 筋肉痛 	○	×	◎
頭痛 	○	◎	◎
鼻水 	△	◎	○
下痢 	△	×	○ (とくに小児で多い)
くしゃみ 	×	◎	×

◎：頻度が高い ○：よくある △：ときどきある ×：あまりない



感染症情報

<本校で10月に発生した感染症>

10月に本校で発生した感染症はありませんでした。

江東区内では、感染性胃腸炎の発生数が多いようです。インフルエンザの流行はまだありません。

(江東区医師会 HP 感染症動向調査第42週より)

「よび」のマスク もっていますか？



がつ ほけんもくひょう びょうき からだ
11月の保健目標：病気にまけない体をつくろう

～ おうちのひと
 いっしょ
 一緒によみましょう ～



き そくた^{せいかつ}だしい生活

た いりよくをつける

え いようをとる

て あらいをする



今日は何の日？

がつ か
11月8日

「^はいい^ひ歯の日」

「自分の^は歯を鏡でじっくり
 見たことある？」
 勉強も運動も、いい結果
 を出すにはいい歯から！



しんがた りゅうこう
 新型コロナウイルスの流行で

つかれたなと感じている人も

多いかもしれません。

おんがく き うんどう ほん
 音楽を聞いたり、運動したり、本を
 よ ひといきつく たいせつ
 読んだり、一息つくことも大切です。



がつ か
11月9日

いい^{くうき}空気♪「^{かんき}換気の日」

「換気のために窓を開けると寒いからいやだ」…？
 寒くなるのは、部屋の中に
 外の新鮮な空気が入ってい
 る証拠！かせ予防のために
 こまめに換気をしよう。



がつ か
11月10日

毎朝^{まいあさ}ちゃんと行ってる？「^ひトイレの日」

「いいトイレ」って、どんなトイレでしょう？
 右のトイレにはよくないところが3つあります。
 見つけて「X」をつけてみよう。
 自分もみんなも気持ちよく使えるように考え
 てみてね。

