

ぼけんだよん 1月

令和8年1月9日
堺市立安井小学校 保健室



2026年が始まりました。
今年もみなさんが、
笑顔で健康に過ごせる年で
ありますように^^



免疫カアップ!

笑うと、体に侵入したウイルス
や細菌をやっつけてくれるナチュ
ラルキラー細胞がパワーアップ!
風邪などにかかりにくくなります。



笑って
体も心も
元気

自分もみんなも幸せに!

笑うと、脳から幸せホルモンが
分泌されてプラス思考に。笑って
いるあなたを見た周りの人もきっ
と笑顔になります♪



もしも、
うまく笑えない時は...

いつでも、だれかに相談してね*



ともだち
かぞく
せんせい

だれでもいいんだよ*^^*

きゅうけいしてもいいんだよ♪

1月の保健目標

は、【集団かぜを予防しよう】です。



しょうがつ
お正月に
だらだら過ごしていた人!



がっこう
学校モードに
切り替えてください*^^*

!! 要注意 !!
手洗い・マスク・咳エチケット
しっかりしよう

カゼ・インフルエンザ予防の味方 せきエチケット

感染症が流行しています。
お友だちにうつさないためには、どうすればいいかな?

せき・くしゃみを
するときは...



せき・くしゃみが
出ている間は...



はなを
かんだ後は...



出席停止となる、感染症について

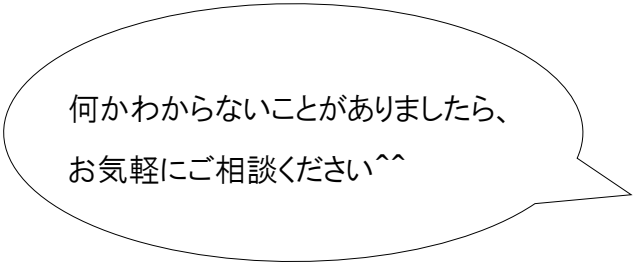
学校感染症とされている病気の出席停止期間は【学校保健安全法施行規則第18条、第19条】によって定められています。

種類	病名	出席停止期間	種類	病名	出席停止期間
第2種	インフルエンザ	発症した後5日を経過し、かつ、 解熱した後2日を経過するまで	第3種	流行性角結膜炎	医師の登校許可があるまで
	新型コロナウイルス感染症	発症した後5日を経過し、かつ、 症状が軽快した後1日を経過するまで		急性出血性結膜炎	医師の登校許可があるまで
	流行性耳下腺炎 （おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫れが発現した後 5日を経過し、かつ、 全身状態が良好になるまで		溶連菌感染症	医師の診断に 従ってください
	水痘（みずぼうそう）	すべての発疹がかさぶたになるまで		手足口病	
	風疹（三日ばしか）	発疹が消失するまで		伝染性紅斑（りんご病）	
	百日咳	特有の咳が消失するまで又は5日間の適正な 抗菌性物質製剤による治療が終了するまで		ヘルパンギーナ	
	麻疹（はしか）	解熱した後3日を経過するまで		マイコプラズマ感染症	
	咽頭結膜熱（プール熱）	主要症状が消退した後、2日を経過するまで		流行性嘔吐下痢症（ノロ・ロタウイルスなど）	
	結核	病状により感染の恐れがないと認められるまで		ウイルス性肝炎	
				腸管出血性大腸菌感染症（O-157）	
				など	



お子さまが、
感染症にかかってしまった時の
参考にしてください^^

※このような感染症にかかった場合は、必ず学校にご連絡ください。
※出席停止後、登校するにあたって登校許可書などは必要ありませんので、
病院などで申請しないようご注意ください。



何かわからないことがありましたら、
お気軽にご相談ください^^

