



令和2年12月

黒浜西小 保健室

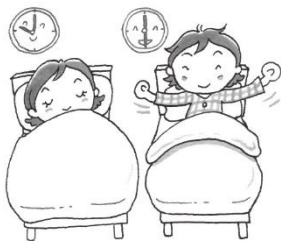
令和2年も最後の月になりました。今年はどうな年でしたか？新型コロナウイルスの影響で変わってしまったこと、我慢しないといけないことがたくさんあったと思います。もうすぐ冬休みですが、引き続き**感染症対策**をしっかり行った上で、楽しく過ごせるといいですね。また、お口の中を歯みがきなどで清潔にすると、インフルエンザの感染リスクが下がると言われています。**食後の歯みがき**も忘れずにしましょう。現在、**むし歯の治療**が終わっていない人は28人います。歯科医院の受診をお願いします。

ふゆやす 冬休みの過ごし方 かた

歯みがきを忘れずに



早寝・早起きをする



ゲームは時間を決めて



外で体を動かす



治療に行く



お手伝いをする



手洗いを忘れずに



コロナ？ インフルエンザ？ カゼ？

症状はどう違う？

よく似た症状が多く、自分では判断できないことがほとんどです。「体調が悪いな」と思ったら、早めに休みましょう。

病名と症状	せき	熱	倦怠感	頭痛	下痢	のどの痛み
新型コロナウイルス	××	平熱～高熱	☹	☹	☹	☹
インフルエンザ	××	高熱	××	××	☹	××
カゼ	☹	平熱～微熱	☹	☹	😊	××

… 高頻度
 … よくある
 … ときどき
 … まれに
 ※無症状の場合を除く