

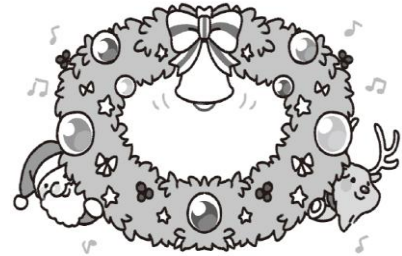


保健だより 12 月

令和7年度
2025.12.23(火)
加美農業高校保健室

12月の保健目標

冬の健康管理をしっかりしよう



季節性インフルエンザは例年11月～12月頃に流行が始まり、1月～3月にピークを迎えます。今年、本校では10月末からインフルエンザの流行が始まったので、今後の予想はつきませんが、まだまだ流行する恐れがあるため、引き続き感染対策を行いましょう。また、新型コロナウイルス感染症や冬にかけて発生しやすい感染性胃腸炎など、季節に応じた感染対策も必要です。

冬に流行しやすい 感染症

インフルエンザ



特徴

通常の風邪と比べて、急激に強い症状が現れる。

潜伏期間

1～3日

症状

38度以上の高熱、頭痛、関節痛、咳、鼻水、倦怠感、悪寒 など

ノロウイルス



特徴

感染力が非常に強く、感染者の排泄物やおう吐物などからも感染する。

潜伏期間

1～2日

症状

吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽度の発熱 など

新型コロナウイルス



特徴

風邪のような軽い症状から、強い発熱や呼吸器症状まで幅広い。

潜伏期間

2～4日程度

症状

咳、のどの痛み、37.5度以上の発熱、倦怠感、味覚障害 など

寝つけない

