

# すこやか



1学期もあと少しになりました。もうすぐ夏休みが始まります。夏休み中、病气やケガをしないようにすごせるといいですね。

## ～ 夏かぜにご注意！！～

< 夏かぜの予防・・・冷えに注意 >

風邪のウイルスは約200種類。  
夏かぜの代表はアデノウイルスとエンテロウイルス

高温多湿（夏）で活発に動く。

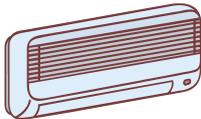
腹痛や、下痢を起こすウイルス

喉のいたみや、咳をだすウイルス

夏かぜをひくのは、体が冷えた時・・・

原因としては冷房

(外気との差は5度くらいまでに・・・)



部屋を冷やし過ぎたり、外の気温と室内の温度差があるところの出入りを繰り返すうちに体温を調節する機能が急激な温度変化について行けなくなり、体が冷えたままにまります。



体温調節の難しいお子さんは特に注意してくださいね。

## 保健室からのお知らせ

### ★健康診断が終わりました！★

健康診断の結果を随時お渡ししています。治療の必要な人は、夏休み中に受診して治療してしまいましょう。

### ★麻疹の予防接種について★

平成21年度の中学1年（平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれ）・高校3年（平成3年4月2日～平成4年4月1日生まれ）の人は無料で麻疹の予防接種を受けることができます。接種されていない人は是非この夏休みに接種されることをお勧めします。