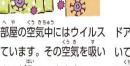


令和7年 12月1日(月) 京都府立井手やまぶき支援学校 保健室

# ライルスではどこから来るの?

魚邪などの原因になるウイルスは、みなさんの体に3つの方法で侵入してきます。







窓を閉め切った部屋の空気中にはウイルスドアノブなどたくさんの人が使う場所につ

ウイルスを寄せ付けないためには、換気と手洗い・うがいが 大切だぶー。こまめに行って、ウイルスを追い払うだぶー。







	やせ傾向 - 20%以下		<b>建</b>	ひまんけいこう <b>肥満傾向</b>		
				20%以上		
出んてい 判定	こうど 高度やせ	やせ		けいど ひまん 軽度肥満	ちゅうとうど ひまん 中等度肥満	こうど ひまん <b>高度肥満</b>
<sup>ひまんど</sup> 肥満度	-30%以下	-30%超 -20%以下	- 20%超~ + 20%未満	20%以上 30%未満	30%以上 30%以上 <sup>みまん</sup> 50%未満	50%以上

観察が必要な児童生徒を 測定を行っています。

# 【肥満傾向(20%以上)の場合】

肥満の 状 態が続くと、将 来糖 尿 病 や脂質異 常 症 等になる可能性 が高く、動脈硬化が進むと、脳卒中や心筋梗塞のリスクが高まります。

## 【やせ傾向(-20%以下)の場合】

身 長だけでなく骨や筋肉、内臓、血液など体の中も大きく成 長す

って、相談があ る場合は、お知 らせください。

12月に入って、ぐっと寒くなり、冬の訪れを感じる季節になりました。体調を くず 崩しやすい時期ですので、手洗い・うがいをしっかり行い、食事や睡眠をしっかり とり、感染症に負けないからだづくりをしましょう。冬休みも近づいてきているの で、生活リズムを崩さず、早寝・早起きを心がけることが大切です。 2 学期の 

2日(火) 発育測定(対象者

しゅっせきていしとどけ がっこう けいさい ていしゅつ ひつよう 出席停止の期間 ※「出席停止届」(学校HP掲載) の提出が必要です。

### 【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

### 【新型コロナウイルス感染症】

ぱっしょう まと にち けいか 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

発症後5日間(出席停止期間) 発症後 2日目に 解熱した 発症後 **5月日に** 解熱した



