

# ほけんだより 12月

令和2年12月25日  
港区立御成門中学校

## 目標・・・規則正しい生活をしましょう！



今年は、どんな1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、我慢しなければいけないこともたくさんあったと思います。みなさん、本当によく頑張ってくれました。もうすぐ冬休み。1年の疲れが出る時期でもあります。例年と同じようにはいかないとと思いますが、感染予防をしっかりと行い、生活リズムを整えて楽しく過ごしてください。

## コロナ？ インフルエンザ？ かぜ？ 症状はどうちがう？

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」と感じたらすぐに伝えましょう。 ●…高頻度 ◎…よくある ○ときどき △…まれに \*無症状の時を除きます

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	●	●	◎	●
かぜ	◎	平熱～微熱	◎	○	△	●

### 「感染症予防動画」見てください！

先日港区から配布されたパンフレット「新型コロナウイルス感染症について学ぼう！」に目をとおしましたか？動画もありますので <http://youtu.be/nGUp1iVg6RM> にアクセスしてみてください。慈恵会医科大学と連携し作成されたもので、とてもわかりやすいと思います。この機会に家族で感染症対策について確認してみてください。



### <冬休み中に病気やけがで受診した場合>

病気やけがで受診した場合下にある「冬休み受診連絡票」に記入し切り取り、1月8日の学活時に担任の先生に提出してください。

..... 切り取り線 .....

### 「冬休み受診報告票」

港区立御成門中学校

年 組 番 氏名

受診理由（診断名）	受診日	受診病院名
	月 日 ( )	
	月 日 ( )	
	月 日 ( )	