

保健だより12月



2023年(令和5年)

12月14日

神村小学校 保健室



～インフルエンザ～

～よくある症状～

- 朝からなんとなくしんどかったが、家では熱がなかった。
- 4時間目が終わる頃にしんどさの限界が来て検温すると、38℃台の熱が出た。
- 高熱は出ないが、微熱が続いている又は喉の痛みや咳だけがある。

～受診する時に気を付けること～

- 症状が出てすぐインフルエンザの検査をしても、陰性と出ることがある。
- 半日～1日程度経ってから検査を受ける方が、正確な結果が出やすい。

～普段から気を付けること～

- 熱がなくても咳・鼻水・喉の痛みなどがある時はマスクをつける。
- こまめに手を洗う。

～体温計の使い方～

正しく測るためのポイント



下から上へ差し込み、
体温計の先をわきの
くぼみの中心部に当てる

もう一方の手で押さえて
わきをしっかりと閉じる

きれいなハンカチできちんと
ふくところまでが手洗いです



Tiếng Việt (ベトナム語)

Khi con bạn phàn nàn về cảm giác không được khỏe, Ngay cả khi bạn không bị sốt vào buổi sáng, bạn vẫn có thể bị sốt vào khoảng giữa trưa.

Khi cha mẹ cảm thấy con mình không được khỏe, Hãy nghỉ ngơi thật tốt ở nhà nhé.

Cũng, Viêm dạ dày ruột cũng phổ biến vào mùa đông. Nếu bạn có các triệu chứng như nôn mửa nhiều lần hoặc đau bụng kéo dài, Tôi khuyên bạn nên đến bệnh viện.

Bản dịch có thể sai nhưng mong các bạn thông cảm.

Português (ポルトガル語)

Quando seu filho reclama de não se sentir bem, Mesmo que você não tenha febre pela manhã, poderá desenvolver febre por volta do meio-dia.

Quando os pais sentem que seu filho não está se sentindo bem, Por favor, descanse bem em casa.

Também, A gastroenterite também é prevalente no inverno. Se você tiver sintomas como vômitos repetidos ou dor abdominal prolongada, Eu recomendo ir ao hospital.

A tradução pode estar errada, mas por favor entenda.