

‘元気るんるん’は湯田小学校のほけんだよりです。

2025年(令和7年)12月16日
福山市立湯田小学校

元気るんるん



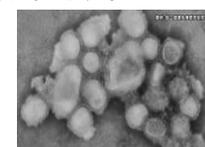
もうすぐクリスマスです。日本での初めてのクリスマスは、1552年、山口県で、宣教師が行った降誕祭のミサが始まりと言われています。その後、江戸幕府によってキリスト教が禁止されたため、キリストの誕生日を祝うクリスマスは行われず、クリスマスが本格的に始まったのは、明治時代からで、1904年、銀座のデパート「明治屋」で初めてクリスマスツリーを飾り、1910年には「不二家」がクリスマスケーキの原型となるフルーツケーキを発売し、1919年に「帝国ホテル」でクリスマスパーティーが開催されました。日本のクリスマスは、キリスト教の行事としてではない、華やかな飾りつけ、フライドチキンやクリスマスケーキを食べながら、友だちや恋人、家族と賑やかな時を楽しむという日本独自の文化として発展してきました。この日本スタイルのクリスマスに、海外の人は驚かれるそうですが、国によってクリスマスの祝い方、違いはあっても、クリスマスを特別な日と覚めることは同じです。サンタクロースが、子どもたちのために、世界中を飛び回ることでしょう。世界中が愛や思いやりで包まれますように！



湯田小学校「インフルエンザ」大流行中です！

11月27日、広島県内全域に「インフルエンザ警報」が、過去10年間で2番目に早く発令されました。福山市内で学級閉鎖する学校も増えています。湯田小学校でも学級閉鎖をしたり、大流行中です。

◆ 今年のインフルエンザウイルスは、「サブクレードK」という変異株



サブクレードK

- ① 「サブクレードK」とは
インフルエンザA型(H3N2)から枝分かれした変異株で、新しい親戚のようなもの。
- ② 「サブクレードK」の特徴
 - ウイルスの表面にある「トゲ」の変異
インフルエンザウイルスの表面には、「ヘマグルチニン」というたんぱく質の「トゲ」があるが、「サブクレードK」は、この部分に多くの変異(アミノ酸の置きかわり)を起こす。
 - 免疫からの逃避能力
144番目のアミノ酸が変異したことで、ウイルスの表面に新たな「糖の鎖」がくっつき、「糖」でコーティングして変装したような状態(グライカン・シールド「糖鎖の盾」)なので、抗体がウイルスを認識しづらくなっている。そのため、免疫がない5才から14才が流行の中心になっている。
 - 症状
・関節痛が出にくい ・消化器症状(吐き気、下痢、腹痛) ・鼻水 ・咳 ・発熱

◆ 学校保健安全法におけるインフルエンザの出席停止期間

小学生 中学生	発症日	発症後5日間(出席停止期間)					発症後5日を経過	
	0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
発熱後 ①日に解熱	発熱 出席停止	解熱 出席停止	1日目 出席停止	2日目 出席停止	出席停止	出席停止	登校可	
発熱後 ③日に解熱	発熱 出席停止	発熱 出席停止	発熱 出席停止	解熱 出席停止	1日目 出席停止	2日目 出席停止	登校可	

*発症後5日、かつ
解熱後2日を経過
したら登校可
(日数の数え方は、発熱症状が出た日をゼロカウントとし、その翌日を第1日とします。)

*出席停止期間は、
主治医の指示に従
ってください。

12月の健康目標 < かせやインフルエンザを予防しよう! >

保健室物語



…ある日の保健室。
Aさんがやって来て、
「けが けがこ です。」
「なぬ???あなた、けが けがこ
さんですか?」
「はい、けが けがこ です。」
「どういうこと?」
「だって、けがしたいもん。」
「なぜ?」
「だって、病院いけるもん。」
「病院、行きたいの?」
「うん、だって、リハビリのおにいさん



イケメンなんじゃもん。どうしたら
骨折できるかな?」
もおおお~何言ってんだかああ!
…また、ある日の保健室。
Bちゃんがやって来て、
「先生、今度、私のおなら、におわ
せてあげるわ。」
と言いました。
「結構です。つつしんで、ご辞退申
しあげます。」
と、ていねいにお断りいたしました。
もおおお~何言ってんだかああ!

予防対策

- てあら 手洗い
- てをあらおう 換気
- かんき 人ごみをさけよう
- マスク着用

今年の冬至は
12月22日(月)

【冬至の七種】
「ん」が2つついていて、たくさんの運が呼び込めると言われています。冬至の七種を食べ、無病息災を願いながら、寒い冬を元気るんるんのりきりましょう!

