

子どものページ

みんな知ってる？

インフル エンザ のこと！

ふつうのかぜとどうちがうの？

インフルエンザは、インフルエンザウィルスが体に入って起こる病気なの。のどが痛くなったり、鼻水やせきが出たり、普通のかぜみたいな症状のほかに、次のようなことがあるんだりん。

- ◆頭が痛くなる。
- ◆急に 38 度をこえる高い熱が出る。
- ◆ひじやひざなどが痛くなる
- ◆筋肉が痛くなる。



インフルエンザはいつ、 どうやってはやるの？

インフルエンザは、寒くなって空気がかわく 12 月～3 月ごろに流行することが多いけれど、今年は 9 月ごろからインフルエンザにかかる人がいたりん。

学校など人が集まる場所では、たくさんの方がインフルエンザにかかってしまうことがあるよね。インフルエンザウィルスは、せきやくしゃみをするとき空気の中に広がるの。その空気をすいこんだり、ウィルスがついたところをさわった手で口や鼻をさわったりすると、インフルエンザウィルスが体の中に入ってしまいうんだりん。



寒くなってきたね。そろそろかぜがはやる季節だりん。

今回は、インフルエンザについて説明するよ。よく読んで、この冬もみんな元気で過ごそうね♪



問合せ 保健センター①627

インフルエンザにかからないために

インフルエンザにかからないために、次のことに気をつけよう。

- ①外から帰ったら必ず手洗い・うがいをする。
- ②毎日よくねて規則正しい生活をする。
- ③ご飯をきちんと食べる。
- ④インフルエンザの予防接種を受ける。
- ⑤せきエチケットを守る。



せきエチケット

せきが出る時に気をつけること

- ①せきやくしゃみが出る時は、必ずマスクをする。
- ②せきやくしゃみをするときは、ティッシュやハンカチで鼻と口をおおって、顔をそおける。
- ③鼻水やたんなどをふいたティッシュは、すぐにゴミ箱に捨てて手を洗う。
- ④せきが出る時は、人がたくさんいるところには行かない。



もし、せきが出るようになってしまったら、せきエチケットを守って、人にうつさないように気をつけてりん♪

おぼかしいことばがあったら調べてみよう！

～子どもの施設から～



「申込み」のないものは当日、直接会場へ「費用」が書いていないものは無料です

ちゅうおうじどうがן
中央児童館 ☎ 554-4552 (金休館日)

■こどもまつり ウィンターフェスティバル
～今年は、はむりんがくるよ！～

日時 12月15日(日)午前10時～午後2時

対象 幼児～18歳

※幼児は大人と一緒に来てください。

内容 工作、ゲーム、プラネタリウム、科学実験ショー、フードコーナーなど

☆フードチケット前売り (1人1枚100円・先着順)

売期間 11月16日(土)～12月12日(木)の午前9時～午後4時30分

売場所 3つの児童館(なくなりしだい終了)

☆開館時間が変わります

日時 12月14日(土)は準備のため正午に閉館
12月15日(日)の開館時間は午前10時～午後2時

☆子どもスタッフ募集！

手伝う日時 12月15日(日)午前9時30分～午後3時

手伝える人 市内に住む小学校2年生～18歳

手伝う内容 工作やゲームの受付など

申込み 11月16日(土)～12月12日(木)の午前9時～午後4時30分に、自分で電話するか直接中央児童館へ

ひがしじどうがן
東児童館 ☎ 570-7751 (木休館日)

■スポーツの日「ドッチビー」をしよう！

日時 11月20日(水)午後3時～4時

対象 小・中学生

■クリスマス会

日時 12月14日(土)午後2時～3時

※受付は午後1時30分から

対象 幼児～18歳

※幼児は大人と一緒に来てください。

内容 抽選会、ハンドベルなど

※クリスマス会のあいだは、体育室、図書室は使えません。

にしじどうがן
西児童館 ☎ 554-7578 (火休館日)

■クリスマス会

日時 12月21日(土)午前10時～正午

対象 小学生～18歳

定員 20人(先着順)

内容 クリスマス工作、ビンゴゲームなど

申込み 12月1日(日)～18日(水)の午前9時～午後4時30分に自分で電話するか直接西児童館へ

■クリスマスウィーク「クリスマス工作を作ろう」

日時 12月11日(水)～25日(水)の午前9時～午後4時

※期間中に西児童館へ来てね。

■「こどもまつり おもしろそ～ワールド」
スタッフ募集！

こどもまつり日時 2月11日(火・祝)午前9時～午後2時30分

手伝える人 小学校3年生～大人

申込み 11月18日(月)～12月25日(水)の午前9時～午後4時30分に自分で電話するか直接西児童館へ

■手作りおもちゃ教室「ミニミニ空気砲」

日時 12月14日(土)①午前10時～②午後1時～

対象 幼児～小学生

先生 おもちゃ病院ねじまわし

※幼児は大人と一緒に来てください。

としよがן
図書館 ☎ 554-2280 (月休館日)

■おはなし会

◆本館 小学生向け

ストーリーテリング「鳥のみじい」ほか

日時 11月16日(土)午前11時～

◆小作台図書室おはなし会

ビッグブック「まどから・あくりもの」ほか。

おはなしの後にスタンプを使った工作をします。

日時 11月27日(水)午後3時～

持ち物 手ふきタオル

※三分室で赤ちゃん向けミニおはなし会も行います。詳しくは、4ページを見てね。

ゆとろぎ ☎ 570-0707 (月休館日)

■子ども映画会

日時 12月8日(日)午前10時30分～11時30分

会場 2階講座室1

定員 81人(先着順)

上映作品 ミッキーマウスのメリークリスマス / 鉢かつぎ姫(日本おかし話) / ひとりぼ

ちのケン

企画・運営 羽村映画クラブ