



豊田市立  
広川台小学校保健室  
2025. 1. 24  
第10号

## 鳥インフルエンザってなあに？

ふゆやす ちゅう あい ち けんないとり に ようす はっけん  
冬休み中、愛知県内で鳥インフルエンザに似た様子のにわとりが発見されました。みなさんは  
とり 鳥インフルエンザについて知っていますか？ うわさではなく、正しい情報を知ってくださいね。

### 鳥インフルエンザとは？



とりにく たまご た ひと かんせん ひと かんせん かのうせい  
鶏肉や卵を食べることによって人に感染することはありません。人に感染する可能性はとても  
ひく ひと ひと かんせん かくにん にほん はっしょ にん  
低いです。また、人から人への感染はこれまで確認されていません。日本での発症は0人です。  
しかし、中国・マレーシア・カナダ・エジプト・インドネシアなどでは、最近も患者が発生していま  
す。こうねつ せき こきゅう ふぜん はいえん とくちょう  
す。高熱と咳・呼吸不全・肺炎などが特徴です。

### まずは、基本的な対策をしよう！



### 手洗いうがい

とく そと かえ  
(特に、外から帰ったとき)



### 注意すること



- ① 同じ場所でたくさんの野鳥が死んでいるときは、☎0565-32-7494 に連絡する。  
(愛知県豊田加茂環境保全課につながります。詳しいことを知らせてください)
- ② 死んでいる野鳥にさわらない。触らなければいけないときは、使い捨て手袋を使う。
- ③ 野鳥のふんを片付けるときは触らない。触らなければいけないときは、使い捨て手袋を使う。
- ④ 野鳥に近づきすぎないようにする。また、野鳥のふんを靴や自転車などで踏んだら消毒する。
- ⑤ 野鳥を追いかけたり、つかまえようとしたりしない。
- ⑥ ペットが野鳥と接触しないようにする。

## 2月の保健目標 「心を大切にしよう」



心の健康で気にならることはありますか？

何か不安や心配があって、ため息をついたり、ぐっすり眠れなかったり。

それは、心が SOS を出しているのかも。

いつも明るく元気に過ごせたら幸せです。でも、子どもも大人も悩んだりやる気が出なったりすることもあります。人間なので自然なことです。そんな気持ちになっている自分を受け止め、心がほぐれるように、自分なりの方法でリラックスしてみませんか？

### きもちの SOS に気づいて



なんとなく体がダルいのは

### きょうの自分は元気かな



まいにち 每日がんばっている、広川台小学校のみなさん！

(トロロッ子も、おうちの方も、先生たちも…!)

いつもお疲れさまです。毎日のがんばりを知っているのは、自分自身です。自分の心と体の健康を守るのも、自分自身です。  
たまには、自分を甘やかして好きなことをして過ごしてくださいね。  
「笑う門には福来る」です！今年も楽しい1年でありますように！

## 6年生「生活習慣病をふせぐ 食生活を考えよう」

大人になってから生活習慣を変えることはとても大変です。小学生のうちから、健康によい生活習慣を身に付けていることがどれだけ大切なことか勉強をしました。

生活習慣病をふせぐための  
アドバイスを考えました。

### 食事

おかしいところにいたら?  
数を決めるんですね！

ジュースにふくまれる砂糖の量  
を知っていますか？

### 運動

それだけ食べてから、外で時間走っている人が運動しても運動しないと生活習慣病になりやすくなるんだよ。運動してね。

適度な運動をしての方があさりして気持ちがよさるよ。

### 睡眠

みんなは、1日8~10時間は、  
ねねるよにがんばれ！  
10時までにねる。  
目安の時間は伝えるといいわ！

