

ほけんだより 2月

令和6年度 山崎小学校 ほけんしつ



新学期が始まって、もうすぐ1か月がたちます。皆さん調子はいかがですか？さて、節分と聞くと2月3日を思い浮かべる人が多いと思いますが、今年の節分は2月2日になります。2025年の恵方は西南西！豆まきをしたり、恵方巻きやイワシを食べる人も多いと思います。自分や家族の健康を願いながら、節分を楽しんでください。

花粉症魔人の攻撃を防げ！



花粉症って？
人の体は花粉が中に入ると、外に出そうとするよ。それが必要以上に起こるのが、花粉症だよ。鼻水やくしゃみが出る、鼻づまり、目がかゆくなるなどの症状があるよ。

スタート

天気予報で花粉の量をチェックする



マスク・メガネをする



帽子をかぶる



手洗い・うがいをする



洗顔する



ゴール



花粉症対策

3つのポイント

- 1 体や衣服につけない
- 2 家の中に持ち込まない
- 3 体の中に入れない

に入るの？

にはすべておなじ漢字が入るよ。

- 心をにする
相手のためを思って意識してきびしい態度をとること。
- に金棒
ただでさえ強いのに、さらに強力なもの加わること。

きみにもできる 食物アレルギー対策！

誤ってアレルギーのあるものを食べると、時には命に関わることもある食物アレルギー。自分に関係ないと思っていませんか。でも食物アレルギーの人のためにできることがあります。

▲ 食べ物や飲み物をこぼさない

食べるだけでなく触るだけでもアレルギーの症状が出ることもあるよ

▲ 食べ物を交換しない

おかずやおやつを交換すると、アレルギーのある食べ物が入っているかも



▲ アレルギーの子が苦しそうなときは

近くにいる大人にすぐに言う

絶対に動かさず、近くの人を呼ぼう



食物アレルギーがある人もない人も一緒に気をつけましょう。

山崎小学校感染症情報

1月にインフルエンザにかかった児童は28名でした。(1月30日現在)そして、今シーズン再び新型コロナウイルスの感染が拡大してきています。(岩出保健所情報)山崎小学校でも、少しずつ感染者が増えてきている状況です。風邪やインフルエンザを予防するには、手洗い・うがい・換気に加え、今の季節は加湿が大切です。しんどいな・・・と感じたら、無理をして登校せず、病院を受診してくださいね。

インフルエンザの出席停止期間は

発症した後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで



新型コロナウイルスの出席停止

発症した後5日を経過し、かつ症状が軽快した後1日を経過するまで

