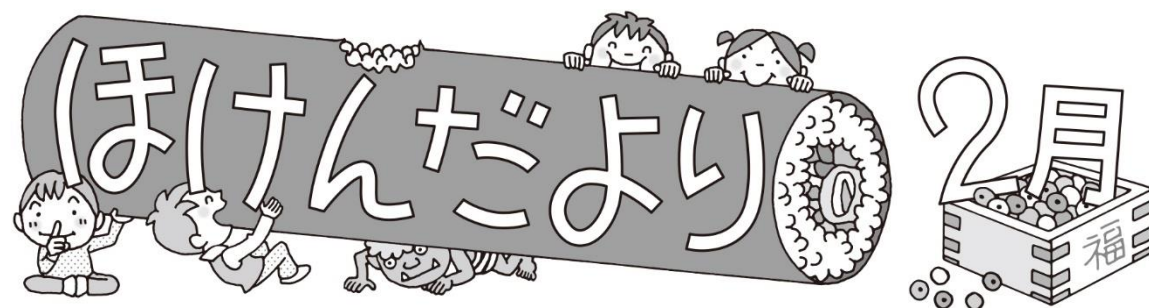




山崎小学校 保健室

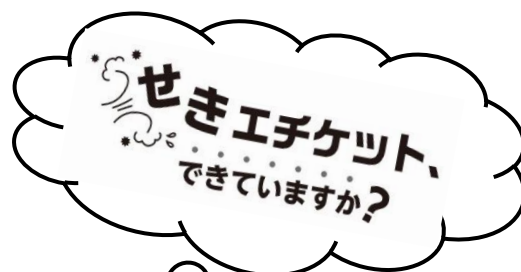
新学期が始まって、もうすぐ1か月がたちます。調子はいかがですか？

さて、2月3日は節分です。豆まきをしたり、恵方巻き（今年は東北東！）やイワシを
食べたりします。

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ね。



とくしゅう かぜ特集

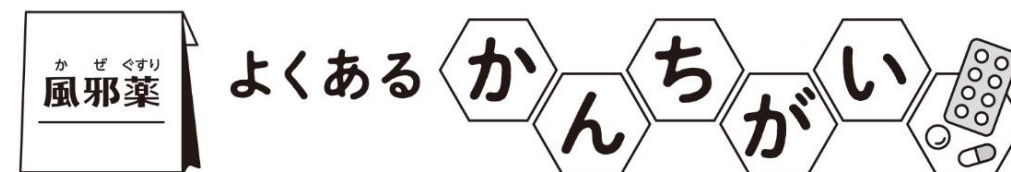


!!はっくしょん!!

くしゃみのしぶきは2メートル飛ぶ!?



くしゃみの飛沫にはウイルスなどの
病原菌が含まれていることがあるた
め、周囲に飛沫がかから
ないようにしましょう。



「風邪薬を飲めば早く治る」.....

風邪薬は症状を和らげるものです。治すのは元気になろうと
する体の力なので、ゆっくり休みましょう。

「お茶で飲んでもいい」.....

風邪薬にはカフェインが含まれるものもあります。多くのお茶にも
カフェインが含まれているので、とりすぎて頭痛などが起こる
おそれがあります。



やまさきしょうがっこうかんせんしょうじょうほう 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12名でした。（1月29日現在）
そして、今シーズン再び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）

山小でも、少しずつ感染者が増えてきています。

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

