

ほけんだよい

がつごう
2月号

じゅうしやませいぶしょうがっこう ほけんしつ
十四山西部小学校 保健室

H31. 1. 30

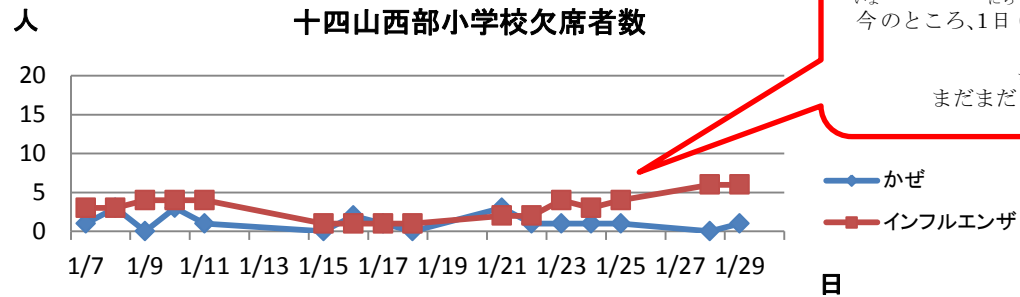
インフルエンザ まだまだ注意が必要です！

たいへんさむ ひ つづ 大変寒い日が続いています。寒い中でも、運動場で元気になわとびをするみなさんの姿をよく見かけます。暖かい日は、運動場に出てしっかりと太陽の光をあびて、寒さに負けない体を作りましょう。

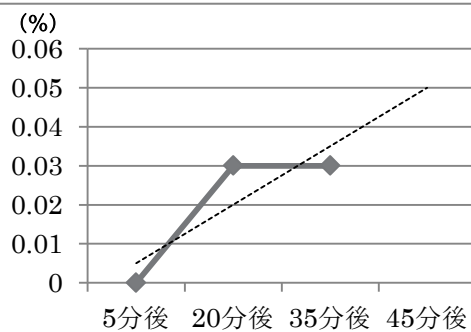


しかし、まだまだインフルエンザは、注意が必要です。弥富市内では、学級閉鎖や学年閉鎖となっている学校も見られます。十四山西部小学校のみなさんも、こまめに手洗い・うがい・換気をして、インフルエンザを予防していきましょう。

じゅうしやませいぶしょうがっこうけっせきしゃすう
十四山西部小学校欠席者数



いま 今のところ、1日6～7人の欠席者数ですが、
まだまだ注意が必要です。



左のグラフは、先日4年生の教室で、どのくらい空気中に二酸化炭素がふくまれているか測定したグラフです。
授業中、閉めきったまましていると、二酸化炭素が増え、空気が汚れてきます。汚れた空気は頭痛や体調不良の原因になります。
必ず、教室の2か所の窓を開け、空気を入れ換えをしましょう。

こんげつ ほけんぎょうじ <今月の保健行事>

2 / 1 (金)	はついくそくてい 発育測定	1・6年
2 / 4 (月)	はついくそくてい 発育測定	2・3・4年
2 / 6 (水)	はついくそくてい 発育測定	5年
2 / 15 (金)	がっこうほけんいいんかい 学校保健委員会	ねんせい きゅうきゅうせいほう 6年生が救急蘇生法を学びます。



さむく でまっか たいさく 寒さで真っ赤！しもやけ対策をしましょう！



みみ 耳あて、手袋をする



ぬれたらくつ下をはきかえる



てあら 手洗いの後はすぐにふく

かふんしょう かぜかな？もしかしたら花粉症？

はくしょん！の後に鼻水、鼻づまり。

スギ花粉が飛び季節だから、これまで花粉症でなかった人も、「もしかしたら・・・」と気になりますね。



かぜ？花粉症？ チェックしてみよう！！

- 熱はない
- くしゃみが連続して出る
- 目がかゆい
- 鼻水が透明でさらさら
- 鼻づまりがひどい
- 他にアレルギーがある

たくさん当てはまったら、花粉症かもしれません。

耳鼻科やアレルギーの病院を受診してみるとよいですね。