

花粉症の季節が やってきました

花粉症の症状と風邪は区別が付きにくいですが、花粉症も風邪も対策をすることが大切です！

保健室では診断や、薬を出すことができないので、症状が辛い場合は受診をしましょう。



マスク、眼鏡、帽子をつける



外から室内に入るときに
体の花粉を払い落とす



手洗い・うがい・洗顔で
体についている花粉を落とす



花粉の量が多い日など
情報を収集して対策をする

感染症情報

市内では「インフルエンザB型」、「感染性胃腸炎」の感染症が広がっています。特に食事の前や、トイレの後には石けんで良く手洗いをするようにしましょう。朝から体調が悪い場合は、無理をして登校せず、お家で様子を見るようにしましょう。



保健委員会の活動

1月26日(月)、29(木)、30(金)の昼休みに保健委員会の企画として、手洗いチェックを実施しました。専用のクリームを手に塗ってからいつも通りに手を洗い、ブラックライトで洗い残しを見ることができます。特に、手の甲、指先の爪周りに洗い残しがある人が多かったです。手洗いのポイントについて保健委員がアドバイスをして、再度手洗いをする、綺麗に落ちている人が多かったです。ぜひ、普段の手洗いでもポイントを意識して洗うようにしてください。

