

ほけんだより 3月

令和5年3月3日
吉舎小学校保健室
No.16

3月になり、日差しが温かく感じられる日が増えてきました。春が近づいていることを実感しますね。でも、この時期はまだ季節の変わり目で、寒さが急にもどってくることもあるので注意が必要です。温かくなったから、と油断せず、寒さ対策は引き続き行いながら体調をくずさないよう気をつけましょう。



かぜ? 花粉症? セルフチェック表

花粉症		かぜ
何度も出る	くしゃみ	ときどきある
さらっとしている	鼻水	だんだん粘り気が強くなる
かゆみが出ることもある	目	症状はほとんどない
ほとんどない	せき	よくある

花粉症の時期がやってきました。花粉症は症状がひどくなってからだと治療に時間がかかるため、症状が軽い段階で早めに医師の診察を受け、薬で治療することが大切だとされています。花粉症かかぜかと区別が付きにくい場合であっても、発熱等の症状、体のだるさなどがあれば、早めに病院を受診するようにしましょう。



出かけるときは
マスクやメガネをつける



ツルツルした
素材の服を着る



玄関の前で
花粉を払い落とす



外から帰ったら
うがいや洗顔をする

保護者の皆様

★児童の出席停止について

新型コロナウイルスに関わって、2月21日に広島県の感染レベルが「レベル2」から「レベル1」に変更になりました。そのため、これまでの出席停止の扱いが変更となります。

レベル2では、児童のみならず、同居の家族に風邪等の症状がみられる場合も出席停止でした。
レベル1では、同居の家族に風邪等の症状がみられても、児童本人が元気であれば登校することができます。

【今まで】

- ＜レベル2＞
- 児童本人の発熱等の風邪症状
⇒ **出席停止**
 - 同居家族の発熱等の風邪症状
⇒ **出席停止**

【これから】

- ＜レベル1＞
- 児童本人の発熱等の風邪症状
⇒ **出席停止**
 - 同居家族の発熱等の風邪症状
⇒ **児童本人が元気であれば登校可能**

感染レベルは引き下げられましたが、引き続き、毎朝の健康状態を確認していただき、体調が悪い場合は無理に登校せず、家庭で休養していただきますよう宜しくお願い致します。

ほけんきゅうしょくいいんかい
保健給食委員会



「ペットボトルキャップ集め」 ご協力ありがとうございます

みなさんのご協力のおかげで、後期の保健給食委員会でもたくさんのキャップを集めることができました。ありがとうございました。集まったキャップは、リサイクル業者へ渡し、そこから発展途上国へのワクチン支援につながります。

このキャップ集めの活動は、来年度も実施していく予定です。いらなくなったキャップを家庭で集めておいてくださると嬉しいです。よろしくお願いします。

キャップの数量: 9.6 kg
キャップの個数: 約4,137個
↓
ポリオワクチン 7人分に
相当します。