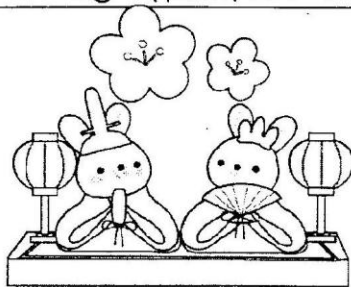


ほけんだより

貝塚市立
東山小学校
保健室 ☺
NO.24
平成24年2月28日

寒さが少し一段落し、少しずつ日差しの暖かさが感じられるようになってきましたが、まだまだ寒さが残る日もちらほら見られます。
東山小学校でのインフルエンザの流行は、2月中旬から少し落ち着きはじめています。このまま元気に3月の卒業式、終業式までのりきっていきましょう♪



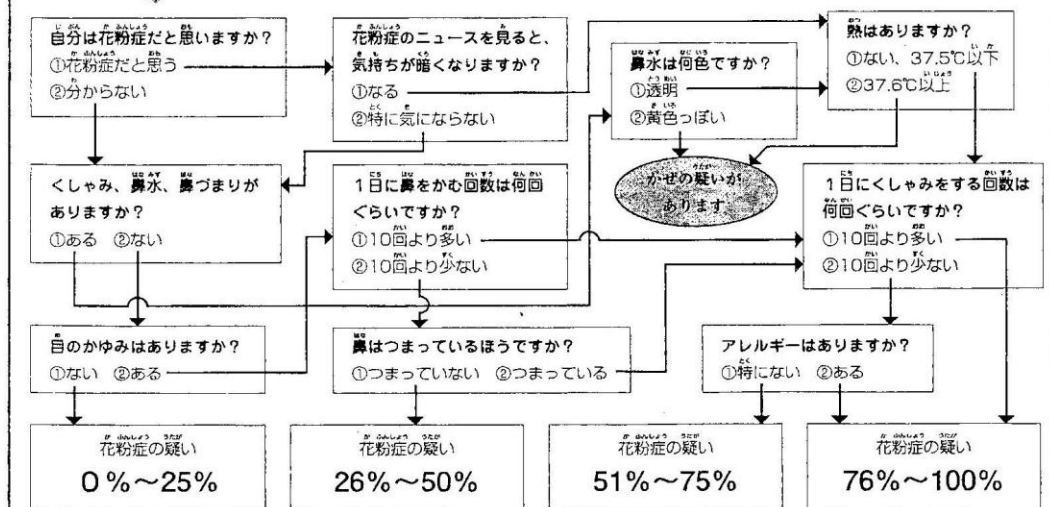
～2012年度の花粉症について～

今年度は例年より少ないといわれていますが、全国的には注意が必要であるといわれています。各ご家庭で、お子さんの体調に合わせた対策をよろしくお願いいたします。

★たんたん、はやってくる季節です。

そのまえに、自分でチェックして、しらべてみましょう♪さあ、どうかな？ ☺

チェックしてみよう！ あなたは花粉症？



※この診断はあくまでも目安です。気になる場合はお医者さんにみてもらいましょう。

～保護者のみなさまへ～

インフルエンザについて

1月中旬から始まったインフルエンザの流行ですが、2月の中旬から少しずつ落ち着きはじめています。市内でも先週はまだ学級閉鎖の学校も見られましたが、流行期に比べると数も少なくなっています。今年度は患者の8割がA香港型だったそうで、貝塚市や東山小学校でも同じ傾向が見られました。しかし、B型の流行も市内や学校内ではちらほら見られており、A型の流行が収まってきたからといってまだまだ油断はできない状況にもあります。引き続き、手洗い・うがいを続けていくよう、学校でも指導していきたいと思っております。ご家庭でも声かけよろしくお願いいたします。

《インフルエンザB型に見られる症状》

- * 急な発熱…3日くらいは40度近くが続いたりする
- * 熱が上がると同時に寒気や関節の痛み
- * 頭痛や風邪のときに見られるような症状 など



かせ・インフルエンザ・花粉症のちがいは？

	かせ	インフルエンザ	花粉症
症状	37～38℃未満の熱、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、のどの痛みなど	38℃以上の高熱、関節が強く痛む、寒気がするなど	くしゃみ、さらさらした鼻水、目のかゆみ・充血・涙など
予防法	手洗い・うがいをする。部屋を加湿する(50%以上)。マスクをする。人ごみをさける。		手洗い・うがいをする。マスク・メガネをする。

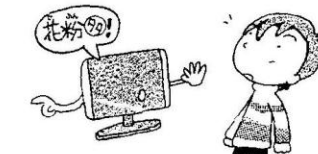
3つに共通する予防法は「手洗い・うがい・マスク」です。その大切さがよくわかりますね。ただ、これはあくまでも目安なので、気になったらお医者さんにみてもらいましょう。

さいきん けせきじょうきょう
ここ最近の欠席状況について。

22日(水) 1名
23日(木) 1名
24日(金) 5名 (内2名 インフルエンザ)
27日(月) 6名

欠席の理由としては、
・かせぎみ
・おたなどが多いです。

花粉症にならないために ①



新聞やテレビなどで花粉がどれくらい飛んでいるかを知り、多いときは外に出るのを控えましょう。



家に入るときは、①髪や服を払う②顔をあらう③うがいをする④鼻をかむなどを心がけましょう。