

# ほけんだより2月

令和3年2月19日 松ヶ江南小 ほけんしつ



## よぼう つづ できる予防を続けて



あたた 暖かくなったり、さむ 寒くなったり  
 たいちょうかんり 体調管理がむずかしいですね。  
 しんがた 新型コロナウイルス かんせんしょう 感染症のよぼう 予防  
 のためしていることは、た かんせんしょう 他の感染症  
 のよぼう 予防にもゆうこう 有効です。

き 基 ほん 本	からだ 身体の ていこうりょく 抵抗力 たか を高める	きほんてき せいかつしゅうかん だいじ 基本的な生活習慣が大事		
	た 食べる	かつどう 活動する	ね 寝る	
みつ 密をさける				
マスクをする みんな、マス クをつけて生活 することになれ てきました。	○マスクをす 捨てるときは、 ひもを も 持ってはずしま しょう。 ○ビニール ぶくろ 袋などに 入れてす 捨てましょう。			
てあら 手洗い て 手のひら、て の甲、ゆびさき 指 の間、てくび 手首を あら 洗いましょう。	○手をしっかり あら 洗いましょう。 ○石けん でていねいに あら 洗った あと しょうどく 後に消毒をします。			



# アレルギーのこと知っていますか？



2月20日は「アレルギーの日」、17日～23日はアレルギー週間だそうです。

アレルギーとは、私たちの体に備わっている「免疫」の働きが、入ってきた異物に対して過敏になり、腫れやかゆみなど、さまざまな症状が出てしまうことをいいます。

食物アレルギーや花粉症、金属アレルギーなど原因となる物質は、たくさんあります。

症状が重いものは命にかかわることもあります。

アレルギーの原因となる物質、身体に反応が出る量など、人によって違います。また、

以前は大丈夫だったのに、突然症状が出ることもあります。

## なにがげんいん？ たべもののアレルギー

かぶん、とびはじめています



※他にもいろいろあります



## 毎朝の健康チェックありがとうございます



毎朝の健康チェックと体温測定後の登校は、しばらく続きます。

花粉症などの症状と、新型コロナウイルス感染症の症状は、似ているものがあり、お医者さんでもどちらか判断しかねることがあるそうです。

健康チェックの項目に、ひとつでも症状があると登校を控えていただいています。

アレルギーがあったり、頭痛をおこしやすい人は、病院で診てもらってから、登校するようにしましょう。

新型コロナウイルス感染症

※ウイルスのイメージ

