



寒さも本格的になってきました。寒さとともに気をつけなくてはならないのが、風邪・インフルエンザの流行です。手洗い、うがいをこまめにしたり、必要に応じてマスクをつけたりして、風邪予防を心がけましょう。

空気が乾燥する季節です

火の用心

★暖房器具の近くで、ふざけたり、暴れたりしない。

ストーブなどにぶつかって、やけどをすることがあります。また、火事の原因になるので、紙など燃えやすい物を近づけないようにしましょう。



かぜ用心

★部屋の湿度を50～60%ぐらいにする。

湿度が低いと、風邪のウイルスが増えやすくなります。また、喉や鼻の粘膜が乾燥すると、ウイルスの侵入を防ぐ力が弱くなります。



もしかしたら、インフルエンザかも？

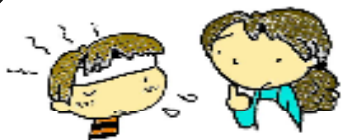
次のような症状が突然起こったら、インフルエンザの可能性ががあります。

【おうちのかたへ】

インフルエンザは、出席停止です。インフルエンザ様症状が出たときには早めに病院を受診し、インフルエンザと診断された際には必ず学校に連絡し、治療に専念してください。

なお、病気が治って登校する日には、医師による「治療証明書」が必要となります。

保護者の皆様にはお手数をおかけしますが、なにとぞご理解の上、ご協力くださるようお願いいたします。



38℃以上の熱がある。

体のあちこちが痛い。



体がだるい。



頭が痛い。