

ほけんだより2月



ふじざくら支援学校
保 健 室
令和8年1月30日

3学期が始まてもう少しで1か月がたとうとしています。3学期に入り現在まで、感染症の流行はなく、落ち着いていますが、地域の小中学校では、学級閉鎖や学年閉鎖になるほどインフルエンザが流行っています。この時季は、インフルエンザだけでなく、胃腸炎などの感染症も流行するので、感染症予防も引き続きお願いします。また、すでに花粉も飛び始めているので、花粉のアレルギーがある人は、花粉症対策も始めましょう。



アレルギーの話



2月20日は「アレルギーの日」、17日～23日は「アレルギー週間」です。アレルギーとは、食べ物や薬剤、花粉、ほこりなどに対して、体の免疫（ばい菌やウイルスから体を守ろうとする仕組み）が働き過ぎて引き起こされるものです。

昔に比べて、アレルギーに悩む人は増えていて、日本人の2人に1人はアレルギーがあると言われています。

アレルギーが関係する病気には、花粉症、アレルギー性鼻炎、ぜん息、アトピー性皮膚炎、食物アレルギーなどがあります。

鼻水やくしゃみが止まらないなど「アレルギーかな？」と気になったら、病院で検査を受けましょう。そして、薬や治療法について、お医者さんに相談しましょう。



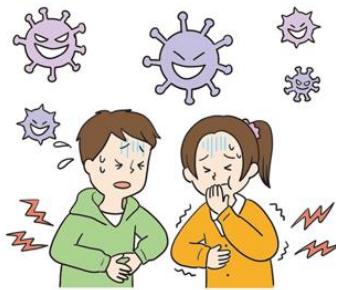
(40～60%)を心がけましょう。

乾燥注意報発令中！

暖房をつけるときには、加湿器もつけて、適切な湿度

今月は感染症予防週間があります

2月16日(月)～20日(金)はふじざくら支援学校の感染症予防週間です。気温が低く、空気が乾燥するこの時季は、いろいろな感染症が流行します。感染症予防週間にあらうたうをお昼休みに流したり、感染症についてのミニ知識を放送したりしますので、ぜひ聞いてください。



ノロウィルス感染症は、ノロウィルスに感染することによって嘔吐、下痢、発熱などの症状を引き起こす病気です。通常は、数日で元気になりますが、ノロウィルスは感染力が非常に強いため、周囲にうつりやすいことが心配です。特に、脱水症状をおこしやすい小さな子どもや高齢者がいる家庭では、感染が広まらないように、家族みんなで注意することが大切です。

もしも、ノロウィルス感染症にかかったら…

- ・患者は、家族と離れた部屋でゆっくり休む。
- ・脱水症状をおこさないように、水分を摂る。
- ・食欲がないときは、無理に食べなくてもOK。回復してたら、うどんや雑炊など温かく消化のよい食事がおすすめ。
- ・食事のお皿やタオルなどは、共有しない。
- ・家族が使うところ（トイレやドアノブなど）は、塩素系漂白剤で消毒する。



2月の行事予定



行 事		対 象	日 時
小学部	体重測定 (2月分)	高学年・Aクラス	2月 3日(火) 9:30～
		中学年・低学年	2月 4日(水) 9:30～
中学部	体重測定 (3月分)	高学年・Aクラス	2月 26日(木) 9:30～
		中学年・低学年	2月 27日(金) 9:30～
高等部	体重測定 (2月分)	全 員	2月 3日(火) 9:30～
	体重測定 (3月分)	全 員	2月 26日(木) 9:30～
高等部	体重測定 (2月分)	全 員	2月 2日(月) 9:30～
	体重測定 (3月分)	全 員	2月 25日(水) 9:30～