



枚方市立長尾小学校

1月の後半とても寒く、早く春が来てほしいと願わずにはいられない日々でしたね。2月4日は立春で暦の上では春の始まりです。しかしまだまだ寒さには気がつけたい時期。感染症対策を怠らず春が来るのを待ちましょう。

インフルエンザはふえてます

本校でもインフルエンザにかかる児童が1月から複数人おり、学級閉鎖が1クラスありました。インフルエンザにかかってしまった時のために出席停止期間を確認しておいてください。

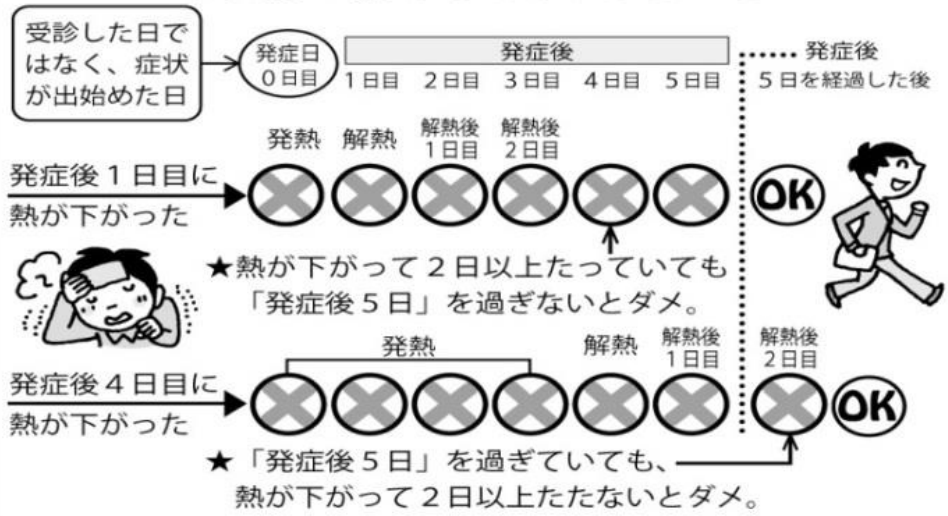
早わかり

インフルエンザの出席停止期間

インフルエンザと診断された場合の出席停止の期間は、法律[※]で次のように定められています。

発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日（幼児にあっては、3日）を経過するまで

● 実際の例で考えてみると... ●



※学校保健安全法施行規則の一部を改正する省令（平成24年文部科学省令第11号）

そろそろ花粉症の季節です



	かぜ	花粉症
はなみず 鼻水	ねばり 粘りがあって黄色っぽい	とうめい 透明でサラッとしている
くしゃみ	かい すうかい 1回~数回くらい	れんぞく 連続で何度も出る
ねつ 熱	びねつ 微熱(38℃くらいまで)	ほとんど出ない
しょうじょう つよ 症状が強く なる時間帯	いちにち 1日中だいたい同じ	おきてすぐ、ひるま 起きてすぐ、昼間、 ひく 日が暮れるころ

今年から花粉症になった人はこの症状が花粉症なのかかぜなのか最初はわからないかもしれません。花粉症の症状を知っておきましょう。また、花粉症の対策はどうしたらいいか、次の問題を考えてみてください。

Q1 花粉が多い日に出かけるときは?

- A. マスク・帽子・めがねをつける
- B. 日焼け止めクリームをぬる

Q2 花粉がつきにくい服は?

- A. ツルツルの服
- B. モコモコの服

Q3 花粉が多い日に外から帰ったら?

- A. 玄関で花粉を払い落とす
- B. いつも通り家に入る

Q4 花粉のとぶ量が多いのは?

- A. 雨が降る前
- B. 雨が降った後

花粉症対策の合言葉は「つけない」「落とす」です。マスク・帽子・めがね・ツルツルの服（ポリエステルなどがおすすめ）で花粉をつけないようにし、ついた花粉を玄関で払ったりうがいや洗顔で花粉を落とすということを心がけてください。

