

# ほけんだより 2月

2022年2月1日(火)  
枚方市立中宮中学校 保健室

新年を迎えたと思ったら、あっという間にもう2月。時が過ぎるのが早く感じる  
ことから、『2月は逃げる』とも言われていますが、入試や進級・進学など、将来  
に目が向く時期でもあります。寒さもあと少しで終わり。健康管理を心がけて、新  
しい一歩への準備を始めましょう。



## シーズン到来！花粉症 予防対策



花粉  
非常に多い

テレビの花<sup>か</sup>粉<sup>ふん</sup>情<sup>じょう</sup>報<sup>ほう</sup>を  
毎<sup>まい</sup>朝<sup>あさ</sup>チェックする。



外<sup>がい</sup>出<sup>しゅつ</sup>時<sup>じ</sup>にはマスクや  
メガネで花<sup>か</sup>粉<sup>ふん</sup>を防<sup>ふせ</sup>ぐ。



屋<sup>おく</sup>内<sup>ない</sup>に入<sup>はい</sup>る時<sup>じ</sup>には  
花<sup>か</sup>粉<sup>ふん</sup>を払<sup>はら</sup>い落<sup>お</sup>とす。



症<sup>しょう</sup>状<sup>じょう</sup>が“ひどい”人は  
病<sup>びょう</sup>院<sup>いん</sup>を受<sup>じゆん</sup>診<sup>しん</sup>してみる。

症状が新型コロナウイルスと似  
ていて、まぎらわしい花粉症…  
去年までと違う息苦しさや発熱  
には注意して！

## 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。

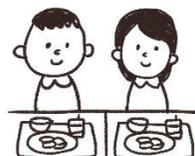
アレルギーとは、私たちの体に備わっている「免疫」の働きが、入ってきた  
異物に対して敏感に反応し、腫れやかゆみなど、様々な症状を引き起こすこ  
とをいいます。皆さんがよく知っている食物アレルギーや花粉症、ピアスによる  
かぶれなどもその一種で、**症状が重い場合は死に至る**こともあります。

アレルギーの原因となる物質・症状が出る量は、人によって違います。また、  
**以前は平気だったのに突然反応が出る**こともあるのです。

何かを触ったり、食べたり、特定の行動をとった時に同じ症状が何度も出  
るような時は、アレルギーを疑い、早めに受診してください。

## 保護者の皆様へ 学校給食のアレルギー対応は年度毎に申請が必要です

令和3年度アレルギー対応食を申請されていたお子様に、令和4年度の申請  
用紙を渡しています。期限までに提出してください。新規にアレルギー対応給食を  
希望される場合は、学校(050-7102-9210)にお問合わせください。





# — 感染者急増中です…！！ —

発熱・風邪症状がみられる時、体調不良が続く時や、★同居者に発熱・風邪症状・体調不良がみられる時は、登校せず、欠席連絡をタブレットに入力し、家で休んでください

※タブレットでの健康観察入力を毎日(土日祝含む)してください



場合	学校への連絡	学校の対応
・本人または同居家族の体調不良	タブレットに入力してください	休んでください 出席停止とします
・本人または同居家族がPCR検査を受ける場合 ・本人または同居家族の感染が判明した場合 ・本人または同居家族が濃厚接触者に指定された場合	ご一報ください 出席停止期間中も毎日タブレットに入力してください	休んでください 出席停止とします
・感染が不安で休む場合 (兄弟姉妹の学級閉鎖など含む)	タブレットに入力してください ※リモート授業希望の場合は欠席期間の最初に学級担任に電話連絡してください	登校できます 休んだ場合出席停止とします
・その他	学校にお問合せください (050-7102-9210)	



違っているところは、全部で7か所  
よく見比べてね！

