

ぼけんだよい



2022年が始まりました。どんな1年にしようかと期待をこめた今の気持ちや新たな決意を大切にして、いろいろなことにトライしてみてください！
11日（火）～17日（月）は、「生活チェックカード」を学校で行います。
早ね・早おき・あさごはん・洗顔・はみがきの項目について、自分の生活をふりかえり記入しましょう。掲示

せいかつチェックカード			
ねん	ぼん	なま	え
はやおき	あさごはん	洗顔	はみがき
早ね	早おき	あさごはん	洗顔
あさごはん	洗顔	はみがき	ほけん
ほけん	給食	放送	掲示

ひ かんせん よぼう 飛まつによる感染を予防しよう！

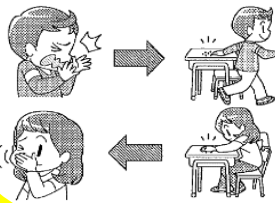


くしゃみなどで口から飛ぶつばの細かいしぶきのことを「飛まつ」といいます。飛まつは、目に見える大きいものから、0.005mm くらいの目に見えない小さいものまであります。



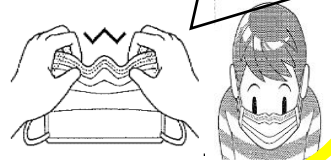
ウイルスに感染した人が飛ばす飛まつの中には、ウイルスが入っていることがあります。他の人に感染する原因になります。新型コロナウイルスの感染者がふえている現在、今まで以上に手洗い、マスクの着用、人との距離を心がけ、飛まつによる感染を予防しましょう。

飛まつから「接触感染」につながることも



ウイルスの感染は「飛まつ感染」ではありません。感染者の飛まつがついたものに触れて、手にウイルスが付き、その手で鼻や口、目などに触れて感染する「接触感染」もあります。手あらいをして、手についた飛まつを落とすことで予防できます。

マスクのワイヤを「w」の形に折ると、鼻からずれにくく、飛まつが飛びにくいです。



部屋の空気をいれかえよう



休み時間には、全部のドアやまど、カーテンもあけよう！
授業中も、1か所以上あけよう！
(暖房の近くのまどをあけると、気温が下がりにくいです。)

ろう下側とまど側、両方あけて風のとおり道をつくろう。
片方のときより、早く空気が入れかわります。



かんきしら じっし 換気調べを実施します！



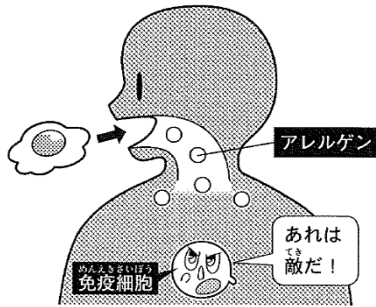
3学期は、保健体育委員会で、換気調べを行います。毎週2回業間に、教室の窓と、出入り口のドア、カーテンがあいているか確認しています。結果は、保健室の掲示版と、給食の放送でお知らせしています。

しょくもつ ちゅうい 食物アレルギーに注意しよう!



しょくもつ 食物アレルギーがおきるしくみ

しょくひん 食品に含まれるたんぱく質(アレルギー)をめんえきさいぼう 免疫細胞が“敵”と間違え攻撃し、からだ そと 体の外に出そうとする。



めんえきさいぼう 免疫細胞がアレルギーを体の外に出そうとこうげき 攻撃する中で、あか 赤くはれてかゆくんだり、はいたりするなどの症状がおこる。



おも しょうじょう 主なアレルギー症状

ひふ 皮膚



あか 赤く腫れる、じんましん、はげ 激しいかゆみ など

め、はな、くち のど 目、鼻、口、喉



いっけつ 充血、くしゃみ、はなみず 鼻水、くち のど 唇や口内の腫れ、せき、呼吸がしづらくなる など

しょうじょう 消化器



はげ 吐き気、おうと 嘔吐、げり 下痢 など



しょくひん た 食品を食べなくても…

アレルギーをおこす食品がひ 皮膚につくだけでも、しょうじょう 症状をおこすことがある。また、こむぎこ 小麦粉などを、こきゅう 呼吸の際すいこむだけでおこすもある。

うんどうご 運動後におこることも…

食べ物を食べた直後は平気でも、しょうご 食後に運動することで、ぜんしん 全身にじんましんが出たり、いしき 意識を失ったりする症状がでることもある。

「アナフィラキシーショック」と呼ばれる、急に全身にわたるアレルギー症状が出て意識を失う危険な状態になることもあります。



しょくもつ しょうさひょう はいふ 食物アレルギー調査票を配付しました。

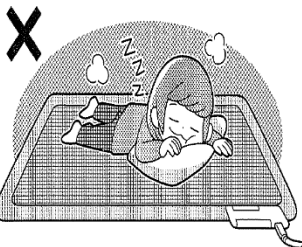
れいわ 令和4年度の調査になります。きゅう 記入、提出をよろしくお願ひします。ねんせい 6年生は中学校へ送ります。

ていしゅうし き 提出締め切り がつ にち げつ 1月17日(月)

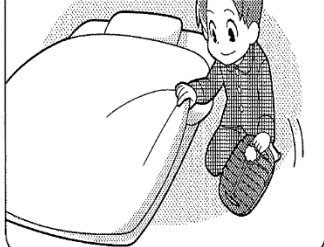
ていおん ちゅうい 低温やけどに注意!

「低温やけど」とはこたつやカイロなど、「温かくて心地よい」と感じる温度でも長時間ふれていることでおこるやけどのことです。きがつきにくく、なほ 治るまで時間がかかるので、ちゅうい 注意しましょう。

でんき 電気カーペットやこたつでねない。



ゆたんぼはねる前に取り出す。



ストーブからはなれてすわる。



カイロは肌着や服の上にはる

