



2月3日は節分で、2月4日は立春です。

節分には「鬼は外、福は内」、豆まきをして1年の無病息災を願う風習があります。

立春は、暦の上ではこの日から春になるという日です。まだ寒いです。早く暖かくなるとうれいすね。

【引き続き朝の検温をお願いします】

コロナ感染症予防のため、毎朝健康観察をしましょう。検温は朝必ずしてください。

観察表は毎日記録します。観察表はすでに配っていますが失くした人は担任の先生にもらいましょう。

密集・密接・密閉を避け、石けんでの手洗い、マスクの着用、大声を出さないなどの予防をしましょう。

< 感染症ってなに? >

感染症は、菌やウイルスが体に入り、体の中でたくさん増えて発熱や腹痛などをおこすことです。

菌やウイルスは小さいので見えません。知らないうちに鼻やのど、傷口などから体に入ります。

コロナ感染症・インフルエンザ・感染性胃腸炎・おたふくかぜなど、たくさんの感染症があります。

多くの感染症に、手洗いは有効とされています。

外出後、食事の前、トイレに行った後などこまめに手洗いをしましょう。

感染症が流行っている時だけではなく、普段からの習慣にしたいですね。

感染の予防 ①石鹸で手を洗う。うがいをする。

②マスクを着用する。

③人がたくさん集まる場所に行かない。人との距離を取る。(両腕を広げてあたらない距離)

④部屋の換気をする。乾燥させない。(加湿器を使う)

⑤睡眠、休養を充分にとる。

⑥バランスの良い食事をこころがける。



(手洗いがんばっています)

手が冷たいけれどしっかりと石けんで、ていねいに手を洗えています。爪が長く中に洗い残しがあったり、

ハンカチを持っていない人がいるのが少し残念です。

1月に手洗いチェッカーを使い手洗いをしました。石けんで洗っているつもりでも洗えていないところ

あるのがわかりました。洗えていなかったところを思い出して洗えるといいですね。

爪が長いと、けがの原因にもなります。爪は短く切っておきましょう。

またハンカチは、毎日清潔なものをもってきます。自分で用意するようにします。



< 花粉・黄砂がとびはじめます >

2月に入りました。お天気がよく気温が高くなると花粉や黄砂がとびます。目がかゆ

くなったり、鼻水がでたり、咳、くしゃみが出たりします。アレルギー反応が強くなる人

は注意しましょう。早めに予防薬などを処方してもらってください。

