

# ほけんだより 2月

No.11

令和8年 1月30日

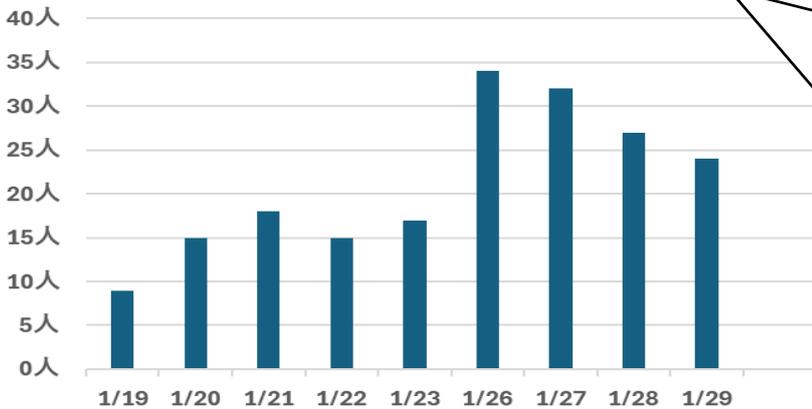
七ヶ浜町立汐見小学校 保健室



## 2月の保健目標 手洗いの習慣を身につけよう

2月4日の立春が近づき、暦の上ではもう「春」になります。まだまだ凍える様な寒い日が続いていますが、少しずつ日が長くなり、春が確実に近づいていることを感じます。汐見小学校では、1月中旬からインフルエンザB型が流行しています。宮城県内ではインフルエンザを始め、マイコプラズマ感染症や新型コロナウイルス感染症、感染性胃腸炎、溶連菌感染症にかかる人が増えているようです。汐見小でも、のどの痛みや鼻水、咳等、風邪の症状がある人が増えています。2月は授業参観や縄跳び大会があります。「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけて、体力をつけましょう。

汐見小学校 インフルエンザ感染者



1月22日・23日は2-1学級閉鎖、1月27日・28日は2-2学級閉鎖、1月28日～30日は1-1学級閉鎖をしました。  
※学校がある日のみ表示しています。(土日は除く)

土日は、ゆっくり体調を整えて、十分な休養をとってください。

★インフルエンザに感染すると、「発症後5日が経過し、熱が下がってから2日経過するまで」学校をお休みする決まりがあります。

## 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)が働きす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されています。アレルギーが関係する病気は、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。鼻水やくしゃみがとまらない、目がかゆいなど「アレルギーかな?」と気になったら、病院で検査を受けてください。治療法やお薬についてお医者さんから教えてもらいましょう。

