

ほけんだより 2月

令和8年2月2日

佐倉市立根郷中学校

保健室

2月の予定

3日(火) 環境衛生検査
2校時 2年1組
3校時 2年2組

※ 学校薬剤師さんが、教室の温度・湿度、二酸化炭素濃度や、黒板・机上の照度(明るさ)等を検査します。

毎日寒い日が続きますね。根郷中にインフルエンザ等の流行の気配がないのは、皆さんが日頃から予防を心掛けているからです。この調子で冬を乗り越えて、春を迎えましょう。



かゆくても目をこすらないで!



花粉の季節がやってきました。目がかゆくてついこすりたくなってしまうという人、ちょっと待って!

目をこするとどうなる?

※目が傷ついて、ばい菌などが入りやすくなる
※かゆみをひきおこす物質が出て、もっとかゆくなる

目がかゆいとき、どうすればいい?

●意識的にまばたきをする
まばたきをすると涙が出て、かゆみの原因をあらわながしてくれます。
●目を冷やす
ぬらしたハンカチを目に当ててみると、かゆみが落ち着きます。



2月5日は
笑顔の日

これって、花粉症? 風邪?



風邪かも

安静にしてしっかり休みましょう。数日経っても症状が改善しないときは病院へ。



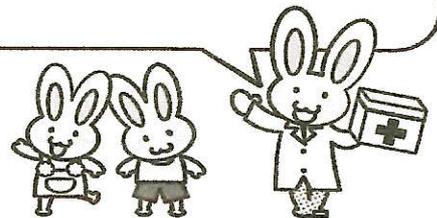
花粉症かも

病院で診断を受けましょう。服薬で楽になることがあります。



保健室からのお知らせ

学校管理下でのけがの給付金の申請漏れはありませんか?時効は2年です。お心当たりのある方は、保健室へお知らせください。



ほけんしつから ~おみくじ、いなか?の巻~

1 おかっているやっばい。	カラカラカラカラ	2 神様(?)からのお告げが1本出てくる。廊下の1月の掲示物。
3 (モチ期きてるって~) キーッ	4 大吉が出ない!	5 どういうのって。フツー。1回でしょ。冷静なご発言がありがたいです。