



令和7年2月7日 美杉小学校保健室No.14

美杉小のインフルエンザは、落ち着きを取り戻しています。津市内でもインフルエンザの子は60名ほどで、感染数は減ってきていますが、コロナウイルス感染症の子が70名ほどと、増えてきているのが気になります。引き続き、手洗い・うがい・マスク・換気・加湿を心がけましょう😊

## 花粉症の季節です

三重県のスギ花粉が飛び始めました。本格的な飛散量は、2月10日の週の見込みです。毎年早くから症状のある人は、早めに小児科や耳鼻科を受診することをお勧めします。

### こんな日は要注意

- \*晴れた日
- \*風が強い日
- \*気温が高い日
- \*雨が降った次の日
- \*空気がかわいている日



にんじゅつ かふん  
4つの忍術で花粉をガード!!

★ マスク・メガネの術 じゅつ

め はな くち かふん  
目や鼻・口を花粉から  
まもるのじゃ!



★ 洗顔の術 せんがん じゅつ

かお についた かふん あら なが  
顔についた花粉を洗い流すのじゃ!

★ ガラガラうがいの術 じゅつ

はな くち なが かふん  
鼻や口からのどに流れた花粉を  
おいだすのじゃ!



★ ツルツルの術 じゅつ

ツルツルしたジャンパーをきて  
花粉をくっつきにくくするのじゃ!