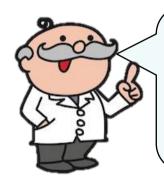
BBBB TO TOB

栃木市立赤麻小学校 ほけんだより No.8 **平成28年12月2日発行**

う年も残すところ1ヶ月、あっという間ですね。 先週には初雪も 降るなど、ここ1週間で寒さがぐっと増してきました。2016年 を元気にしめくくれるよう、体調管理に気を付けましょう!







1 1 月 2 5 日から、全国的な流行期に入りました!

赤麻小でも、1年生が学年閉鎖するなど流行が見られましたが、 現在は落ち着いています(28日現在 インフルエンザ0名)。です が、周囲の地域ではまだ流行は続いています!予防を心がけましょう

	かぜ	インフルエンザ	
症状がではじめる 場所	鼻 ゃ のど(せき・鼻水)	全身(さむけ・熱・頭痛)	
進み方	ゆっくり	急激!	
発熱	37~38℃未満の熱	38度以上の高熱	
症状	せき・くしゃみ はなみず しまなみず のどのいたみ はきいて	左のかぜの症状のほかに・・・ ないようながらなかに・・・ かんせつのいた。 フェルミをけ	

SOUTH TURN

マスクをつけるといいことたくさん ♪

【いいこと①】 のどをうるおして、ウイルスを増えにくくする

ウイルスは、乾燥した場所がすきです。マスクで乾燥を防ぐと、ウイル スが増えにくくなります。

【いいこと②】ウイルスを周りの人にまきちらさない

くしゃみやせき、おしゃべりのときに出るしぶきと一緒に、ウイルスは ・煮び散ります。 人にうつさないように、みんなが気を付けましょう。

3730018330183 あったかアイテム



厚着をする前に、下着 を1歳を1な着てみましょう。 暖かさが違います。



糞い外は、手袋をし ぽかしてきますよ。



音を た な な な と 体 が 温 て完気に手をふって影 まります。ハイネックの きましょう。 確もぽか セーターやシャツもオ ススメです。

からだぽかぽか しょうが湯

カップにすりおろしたショウガの洋と ハチミツを入れ、お湯を養げば簡単に できますよ♪