

2月4日は「立春」でしたが、まだまだ寒い日が続いていますね。

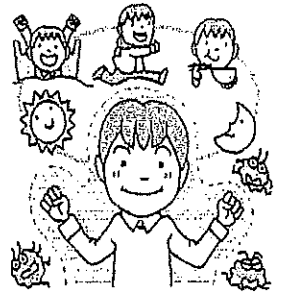
3年生は10日からいよいよ入試が始まります。体調管理には十分注意して、万全の状態でご当日を迎えられるようにしてくださいね。

インフルエンザ注意報発令中

昨日の集会で校長先生からお話がありましたが、現在大阪市内でインフルエンザにより学級休業や学年休業となっている学校が多数報告されています。

新生野中学校でも、先週からインフルエンザや発熱などで欠席する人や、体調不良で早退をする人が出始めており、今後十分な注意が必要です。

一人ひとりが「感染予防と拡大防止」の意識を高めて行動し、みんなで乗り切っていきましょう。



インフルエンザの出席停止期間について

**発症後5日を経過 + 解熱後2日を経過するまでは、
学校はお休みになります。ゆっくり静養してください。**

例	発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目
発症後2日目に 解熱した場合	発症 / 発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目 	解熱後 2日目 	※まだ発症後5日 を経過していない ため登校できない	登校可能 	
出席停止期間	→							
発症後4日目に 解熱した場合	発症 / 発熱 	発熱 	発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目 	解熱後 2日目 	登校可能
出席停止期間	→							

登校前に発熱や体調不良がある時は、自分の体のためにも、周りの人への感染を防ぐためにも、無理をせずゆっくり休んで、しっかり治すことが大切です。

熱が続いたり（高熱ではなくても）、疑わしい症状があったりする場合は、医療機関を受診して、受診結果を学校に知らせてください。

始めよう！

花粉症 対策

合言葉は

つけない

落とす

大阪では2月下旬頃から飛び始めるといわれる「スギ花粉」ですが、少しずつ花粉症の症状が出ている人もいるかもしれませんね。
今年は花粉の飛ぶ量が多いとされています。今後の花粉情報もチェックしておきましょう。

つけない

マスク

花粉を吸い込む量が
 $\frac{1}{3} \sim \frac{1}{6}$ に！

スベスベした服

ポリエステルなどが
オススメ。

帽子

つば付き帽子で、顔と髪に
つく花粉を減らそう。

メガネ

目に入る花粉が
最大で $\frac{1}{2}$ に！

落とす

家に入る前に落とす

家の中に花粉を
持ち込まないようにしよう。

顔を洗う

目や鼻の周りは
特に丁寧に洗おう。

うがい

のどに流れた
花粉を取り除こう。

免疫力も大切！

規則正しい生活リズムで
免疫力をアップさせ、
花粉に強い体を
作ろう！



毎年症状がひどい人や、何か症状がある場合には、早めに
病院を受診しておきましょう。