

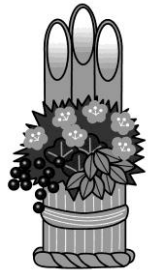


あけましておめでとうございます 今年もよろしくお願ひします

冬休みは元気に楽しく過ごすことができましたか？

今日から3学期がスタートしました。

3学期は「学年のまとめ」ともいえる大切な学期です。

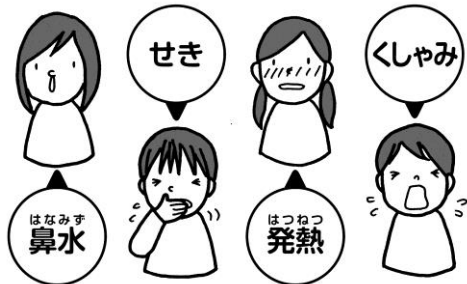


冬休みののんびりした気持ちを入れ替え、かぜやインフルエンザに注意して、まとめの3学期をしっかりと送りましょう。



インフルエンザの症状は...

普通のかぜの症状の他に



38℃以上の高熱
全身の痛みや悪寒
すぐに病院へ!

予防の基本は



インフルエンザにかかったら...

インフルエンザに感染すると普通のかぜの症状の他に、高熱や悪寒、関節・筋肉など全身の痛みといった重い症状が出ます。普段から手洗い・うがい、換気などの予防を徹底することが何よりも重要ですが、もしもかかってしまった場合には、以下のことを守って、回復に努めてください。

普通のかぜじゃ、なさそう。



もしかして？

<p>早く受診する</p> <p>抗ウイルス薬があります。48時間以内に診断を。</p>	<p>しっかり休む</p> <p>欠席にはならないからゆっくり... はい...</p> <p>インフルエンザと診断されたら出席停止。安心して休養を。</p>	<p>しっかり飲む</p> <p>お茶、水、イオン飲料、スープ、何でもいので飲めるものを。</p>	<p>マスクをする</p> <p>24時間 着用のススメ</p> <p>他の人に広げないように。自分の回復も早まります。</p>
-----------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------

