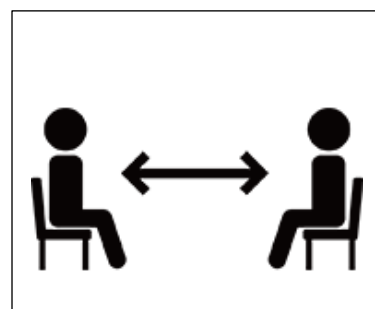




春休みを迎え、春の陽気とともに、気持ちはウキウキしていませんか。人に会ったり、外出したりする機会も増える時期ですが、コロナ対策は緩めることなく継続してください。自分や家族、友人、大切な人を守るためです。体調が悪いときは、部活や外出は取りやめて、自宅で様子を見てください。基本的な感染症対策を心がけましょう。

## 【基本的な感染症対策】



花粉症のシーズンに入っています。コロナや風邪、花粉症は症状がよく似ていると言われています。そろそろ花粉症の症状が出るころだなと思っている人は、早目に耳鼻咽喉科で診てもらうことをお勧めします。

## 【オミクロン株の症状と花粉症の似ているところ】 (FUJIKON PLUS HP より)

## 【花粉症の予防】



- ・こまめに室内を清掃する。
- ・マスクを着け、花粉に触れないようにする。
- ・早めに専門医に診てもらう。(薬による治療)



## 【新年度に向けて、準備をしておきましょう】

☆眼科 今使っているコンタクトや眼鏡は合っていますか。黒板の字が見えにくくはないですか。そんな心配がある人は、眼科で診てもらってください。

☆歯科 昨年度の歯科検診で治療勧告書を受け取った人は、治療が済んでいますか。まだの人は、春休みにぜひ受診してください。早めの治療をお勧めします。

☆春休みを利用して、体で気になることがある人は医療機関に相談してください。時間のある時に体のケアをしましょう。



新年度には、健康診断が予定されています。内科検診や歯科検診、視力測定、二計測などです。

健康診断を受けるにあたって、知っておいてほしいことや配慮してほしいことがあれば、担任の先生や保健室まで連絡ください。