



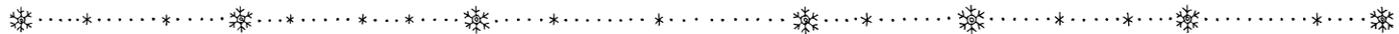
発行日 5年12月15日(金)  
 発行元  
 八郎瀧町立八郎瀧小学校  
 八郎瀧町立八郎瀧中学校  
 保健室  
 文責 小笠原 みなみ

# インフルエンザ



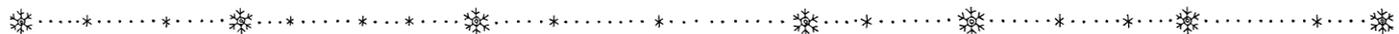
はちろうがた りゅうこう き き  
**八郎瀧でも流行の危機!**

きんりんしちょうそん だいいりゅうこうちゅう  
**近隣市町村で大流行中です**



## <マスクの着用について>

マスクの着用については、原則各家庭の判断にお任せしております。しかし、校内で感染症が流行する恐れがあるときや咳やのどの痛みなどかぜ症状がある場合には、マスクの着用を呼び掛けています。学校にもマスクを準備しておりますが、自分の身を守るためにも、普段からランドセルや通学カバンに2~3枚程度マスクを入れておくようお願いします。



## ふゆ たいせつ すいぶんほきゆう **冬も大切 水分補給!**

プラスの効果で感染症予防!

冬期間の感染症予防の一環として水分補給と感染予防を兼ねた「お茶飲み」を勧めます。お茶に含まれるカテキンがヒトの細胞にウイルスが吸着することを防いだり、細胞内での増殖を抑えたりする作用が期待できます。また、口の中のウイルスや細菌の感染能力を低下させるので飛沫感染によるウイルスが広がることを抑えられる効果も期待できます。

### さあ、みんなでお茶を飲もう!

すでにご協力いただいているご家庭もございますが、重ねてのお願いです。普段使っている「水筒」にお茶を入れて持たせてください。お茶の種類はカテキンの含まれるものであればどれでもかまいません。ペットボトルのお茶でも茶葉から煮出したものでもどちらでもかまいません。お忙しい中大変恐縮ですが、ご協力をお願いいたします。



### すっきり強調週間 最終日!

4日間 ご協力ありがとうございました!

アンケートの結果は冬休み前に配付します。結果をみながら4日間を振り返ってみてくださいね。楽しいイベント盛りだくさんの冬休みですが、楽しく過ごす中でも大きく生活リズムを崩したり、崩れたまま冬休み明けを迎えたりということがないようにしたいですね。この4日間を思い出しながら冬休みをすっきり元気に過ごしましょう!