



松橋支援学校
保健室
令和3年2月1日

2月の別名に梅見月があります。梅は厳しい寒さの後、春の訪れを告げる花です。今年で3年目の「令和」も、そんな梅みたいに一人ひとりが大きな花を咲かせられますようにと願って付けられました。ウイルスに負けずに寒さを乗り越えて、元気に春を迎えたいですね。

その“しんどい”もしかして空気のせい？

閉めきった教室だと...



どうしてかな？

1 二酸化炭素がたまるから

みんなの吐く息で二酸化炭素の量がどんどんアップ。体の不調につながります。

2 ウイルスがたまるから

空気中をたどる細菌やウイルスが体に入り込むリスクが高まります。

3 ホコリやダニ・カビが増えるから

アレルギーの原因になります。知らない間に吸い込んでしまっているかも...



- ◆ 対角線上にある窓やドアを2か所以上あけて空気の通り道をつくる
- ◆ 休み時間ごとにこまめに換気する

メカニズム

花粉症
注意報



① 花粉が目や鼻から入ってくる

② 免疫システムが花粉を侵入者と認識して花粉に対抗する抗体を作る

免疫システム



③ 再び花粉が侵入すると抗体が花粉と結びつき、涙や鼻水が出て洗い流そうとする

