

# インフルエンザ

## にかかったら

インフルエンザが流行ってますね  
今年のインフルエンザに支援員の1人もかかってしまいました...

悪寒、頭痛、関節痛、全身の倦怠感、鼻水、のどの痛みや胸の痛みなどの症状が現れたら早めに対処しましょう!!

第一に体を休めることが大切だそうです!!

そして十分に睡眠をとり、お茶やジュースなどの水分補給も忘れずに!!

お医者さんから処方してもらった薬をしっかり飲み、他の人にうつさないように外出も控えましょう!!

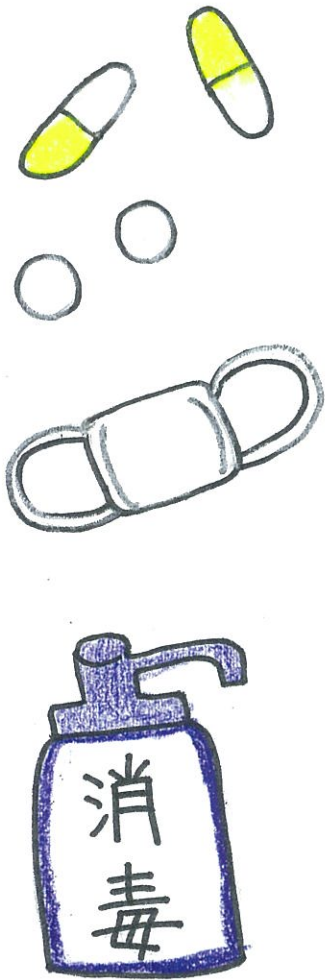


# 小鯨山だより

第26号

発行  
3月5日

第2集会所



## やっぱり手洗いが大事です!!

2月は雪がどっさり降ったねえ  
都会の方でも初めてこんなに降ったとテレビで毎日のように放送されてました。  
集会所前の雪かきもみなさんの協力もあってできました。  
ありがとうございました!!



### 生ゴミが...

第3仮設のスロープのゆききに生ゴミが捨ててあるのを見かけました。  
ゴミはきちんと分別し決められた場所に捨てましょう!!

### 糞ふん

最近、団地内に動物の糞が落ちています。飼主の方は責任を持って始末の徹底をお願いします