



げんき



ほけんだより

NO. 106 H28. 12. 6

川本南小学校保健室

かぜひきさんが増えています！ のどを大切に！！



朝晩の気温がぐっと下がり、空気が冷たく感じるようになりました。
 先月は、せきやのどの痛みがある人が多く、月末にはインフルエンザにかかった人が3人いました。こまめな手洗い・うがい、そして、疲れをためこまない良い生活リズムで、感染症予防に力を入れていきましょう。
 特に、せきが出ている人は周りの人への思いやり『せきエチケット』でマスクの着用をお願いします。

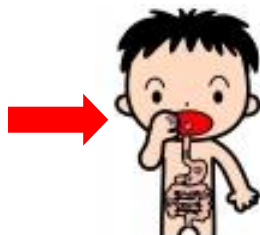
せきが出ている人は
マスクをしましょう！



感染症の予防には **やっぱり 手洗い！！**

ノロウイルス
インフルエンザウイルスを
せっけんを使った手洗いで
しっかり予防！

手洗いが一番大切なわけは？



手には病気の原因になるウイルスや細菌などがついています。ていねいに石けんで手を洗わないで食べると、ウイルスや細菌も食べ物と一緒に体の中へ入ってしまうからです。忘れずに、石けん手洗いをしましょう。



インフルエンザの出席停止期間は

「**発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで**」です。
 発症した日を0日とし、翌日から1日目、2日目…5日目、そして、解熱した日を0日とし、翌日から1日目、2日目と数え、両方の条件の日を経過した日となります。お間違いないよう確認をお願いいたします。

例：12月7日（水）発症、9日（金）解熱の場合、発症後5日目が12日（月）、解熱後2日目が11日（日）です。両方の条件の日を経過した日が登校可能日となりますので、13日（火）から登校できます。

* ご不明な点がありましたら、保健室 加藤までお問い合わせください。

朝から体調が悪く、感染症の疑いがある場合には、
登校を見合わせてくださいますようお願いいたします。



6年生

歯科学習会



11月29日（火）第5校時に、6年生の歯科学習会として、学校歯科医の藤野先生、藤野歯科医院勤務の歯科衛生士のお二人をお招きしました。小学校最後の歯の学習ということで、藤野先生からの「歯・口の健康づくり」の講話、歯科衛生士さんからのデンタルフロスの実習、口の中のむし歯きんの数の多さを調べる「RDテスト」を行いました。



＜6年生児童の感想より＞

- * 歯ブラシでは歯こうの5分の3しかとれていないと聞き、歯みがきだけでは足りないことがわかりました。もらったデンタルフロスで歯と歯の間をきれいにしたいです。
- * 歯科学習会の夜の夜、教えてもらったことを生かして、むし歯のできやすい「歯と歯の間」と「奥歯」を中心にみがいてから、デンタルフロスを使いました。
- * デンタルフロスは家族にも大評判でした。私は、夜に必ず使おうと決めました。

保健委員会

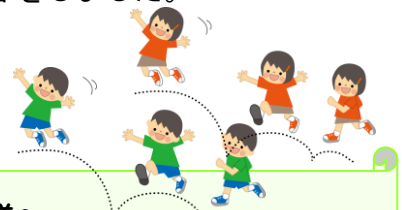
活躍中！

出張歯っぴー教室



保健委員会の5・6年生が給食の時間に教室へ行き、かむことの大切さについて話をしました。

川本南保育園の小さな友達の前でも、夜の歯みがきの大切さテーマにした劇を行いました。



保護者の皆様へ

今年度1回目の「南小元気アップカード」にご協力いただきましてありがとうございました。お子さんが夢や目標に向かって力を発揮するために、生活習慣を改善できるよう、ご家庭でのサポートをよろしくお願いします。なお、次号（ほけんだより冬休み号）で結果をまとめたものをお知らせします。