

保健室から保護者のみなさまへ



あの暑かった夏が嘘のようにちゃんと季節がすすんできました。

朝晩冷え込んでくると、体調をくずしやすくなります。

南花台小学校では、インフルエンザに感染し、出席停止になる子や発熱等で欠席する子もでてきました。

感染症と出席停止については、7月号でもお知らせしましたとおりです。インフルエンザと新型コロナウイルス感染症は罹患後登校する際に医師による「意見書」は必要ありません。そのため、何日目から登校できるのかややこしいのですが、以下の通りですので、再度ご確認ください。学校内で感染を広げないためにも大事ですので、ご協力よろしくお願いいたします。

インフルエンザの出席停止期間

発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで

- 発熱
- 解熱
- 解熱後
- 登校可
- 出席停止

発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
						登校可	登校可
						登校可	登校可
						登校可	登校可
							登校可

新型コロナウイルス感染症の出席停止期間

発症した後5日を経過し、かつ症状が軽快した後1日を経過するまで

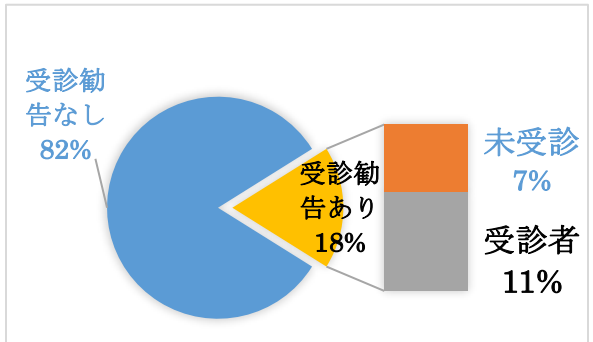
- 発熱
- 軽快
- 軽快後
- 登校可
- 出席停止

発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
						登校可	登校可
						登校可	登校可
						登校可	登校可
						登校可	登校可
							登校可

- ※ インフルエンザも新型コロナウイルス感染症も、どちらも発症日を1日目と数えます。
- ※ 「軽快」とは、「解熱剤を服用せずに解熱し、かつ呼吸器症状が改善傾向にある」ことです。

歯科治療状況

6月の歯科健診後、受診勧告が18%でしたが、その内11%が受診を済ませてきています。口の中のことは、自分では気づきにくいので、まだのご家庭はこの機会にぜひ受診させてあげてください。



視力検査しました

10月に視力検査をしました。受診をお勧めする児童には、お知らせを持って帰っていただきました。春の検査後、受診した子と受診できていなかった子の視力を比較すると、受診した子の方が視力低下した割合が低い結果となっています。学校の検査はスクリーニングでもあり、きちんとした視力検査をおすすめします。

希望者の色覚検査をします

色覚検査は、定期健康診断の項目ではないのですが、希望者の検査をします。本市では、4年生には希望調査を配布することになっており、後日配布します。それ以外の学年でも希望があれば、担任まで申し出てください。

# ほけんだより



南花台小学校  
ほけんしつ  
令和5年11月

●今月のほけん目標●

手洗い うがい をしよう

## よくかんで食べよう

歯のことでなると、むしろ歯になっていないかが、まず頭にかぶけれど、「よくかむ」こともとても大切です。



むし歯予防になる

「よくかんで食べましょう」と言われるのは、いいことがいっぱいあるからです。どんないいことがあるか確認しましょう。



食べ物の消化を助ける。



歯並びがよくなる



歯並びがよくなる



ひまんぼうし肥満防止になる



脳がかっぱつ活発になる

## 感染症に気をつけましょう

「感染症」とは、ウイルスや細菌が体に入ることでおこる病気のことです。これから増えていくのがインフルエンザで、新型コロナウイルスの感染症もまだまだなくなっていないわけはありません。

これらは、体に入り、体の中で増えることで、熱やせきなどの症状がでます。そうならないためには、ウイルスを入れなければいいですね。ウイルスは、空気といっしょに口から入ってくるほかに、手についているウイルスが、体に入ってくることも多いです。

- ・感染者に直接ふれて
- ・ウイルスのついたものをさわって



手をあらうとウイルスはながれおちる

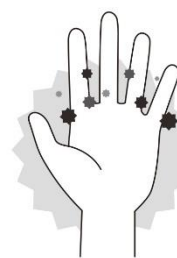
そのままと体にはいりこむ  
手あらい、意識してる？

よごれが残しやすいところってどこだったかな

とくに気をつけて洗ってほしいところはここ



指先・つめ



指と指の間



手首