

ほけんだより 11月

銚田市立上島東小学校 保健室 [第 8 号] 2015年 11月号



★歯の治療が済んでいない人は、早めに歯医者さんで治療しましょう！

11月8日は立冬。吹く風も日に日に冷たくなってきました。からだに寒さに慣れていないこの時期は、**かぜやインフルエンザに要注意**です。学校では、予防対策として「**うがい・手洗いの励行**」や「**咳エチケット（マスクの着用）**」を呼びかけています。ご家庭でも予防に心がけ、朝の健康観察など、引き続きご協力をお願いいたします。

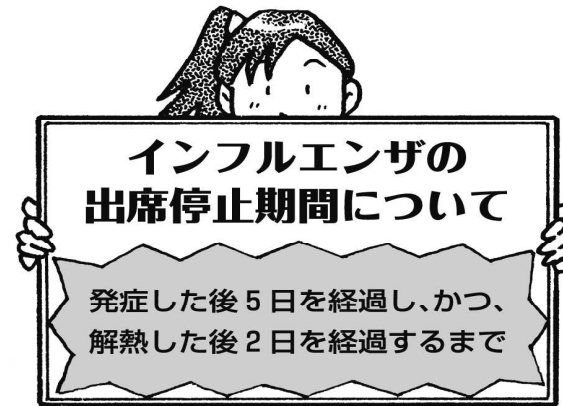
11月の保健安全行事

- 3日(火) 引き渡し訓練
※かぞくまつり終了後
- 4日(水) 就学時健康診断(新1年生)
大洋保健センターにて実施
- 10日(火) 歯周病予防教室(5年生)
保健センターから講師来校
- 24日(火) 救急処置講習会(文書配布)
★保護者の方の参加をお待ちしています
- 25日(水) 清潔しらべ



感染症の出席停止について

学校のような集団生活の中では、感染症の蔓延防止のため、学校保健安全法に定められている感染症については「出席停止」となり、医師の指示を受け、体調が回復し感染のおそれなくなるまで、ご家庭で療養していただくこととなります。**主な感染症の出席停止期間**は下記のとおりです。



★インフルエンザと診断された人が、**学級人数の20%に達する**など感染拡大が疑われる場合は、学校医と相談して「**学級閉鎖**」となります。
★ご家庭には、文書でお知らせいたしますので、ご協力をお願いいたします。



- 水痘(水ぼうそう)：すべての発疹がかさぶたになるまで
 - 流行性耳下腺炎：耳下腺・顎下腺または舌下腺の腫れが発現した後5日(おたふくかぜ)を経過し、かつ、全身症状が良好になるまで
 - 風疹(三日はしか)：発疹が消えるまで
 - 麻疹(はしか)：熱が下がった後3日を経過するまで
 - 咽頭結膜熱(プール熱)：主な症状が消えた後2日を経過するまで
 - 溶連菌感染症
 - 感染性胃腸炎
 - マイコプラズマ感染症
- 体調が回復し、医師が感染のおそれないと認めるまで

新型ノロウイルスに注意

激しい嘔吐や下痢を引き起こすノロウイルスの新型が国内で確認され、広がりがつあることがわかりました。症状や毒性は、従来のノロウイルスと変わりませんが、多くの方は新しいウイルスの免疫がないため、大流行する恐れがあるそうです。流行期の冬を前に、予防対策としては「**確実な手洗いをしっかり習慣づけることが大切**」と注意が呼びかけられています。**嘔吐物の処理**をするときは、マスクや使い捨て手袋をつけ、塩素系消毒液を使って消毒しましょう！



〈茨城新聞より〉
2015, 10, 11

かぜのウイルスを打ち勝つために!

からだの外側からのガード

- 手洗い
- うがい
- マスク
- 部屋の加湿
- 空気の入れかえ(換気)

からだの内側からのガード

- 十分なすいみん
- 栄養バランスのよい食事
- 適度な運動