

ほけんだより 11月



R2.11.24
館林七小
保健室



11月に入り、朝夕冷え込む季節になりました。ですが日中は20℃近い暖かい日もあり、気温差が大きくなっています。気温の変化に体がついて行けず、体調をくずしやすい季節でもあります。今まで行ってきた感染症対策に、乾燥対策・寒さ対策をプラスして、元気に学校生活を送りましょう！



おいしくたべて
あたたまろう

11月の保健目標

・歯を大切にしよう！

・感染予防を心がけよう！



《歯科検診結果》

10月20日・21日で行った歯科検診の結果、むし歯が見つかった児童は53人（全校の38.4%）でした。昨年度の64人（全校の46.0%）に比べ、やや減少しました。むし歯になってしまった子も、早めに治療して、みなさんで治療率100%を目指しましょう！



←保健室前の掲示物。
各学年のむし歯があった人数の数だけ『むし歯鬼』が貼ってあります。『むし歯鬼』をたおすと、代わりにステキな人物にかわります…お楽しみに！！

じょうずに歯みがき 元気な歯！

歯ブラシチェック

毛先がひろがっていたら
変えましょう



歯ブラシの持ち方

鉛筆を持つように軽く



みがき粉のつけ方

歯ブラシの1/3くらい
つけすぎないように



みがくときは

鏡を見て、
1本1本
ていねいに



歯ブラシの使い方

歯にまっすぐ
あてます
歯肉とのさかいめは
少しかたむけて



みがきにくいところは、
つま先やかかとを
使って

ちからを入れず、
こぎざみに

★使い終わったら、よく洗い、ブラシを上にして、かわかしましょう

健康診断の結果について

健康診断の結果、受診が必要な児童には受診のおすそめを配付させていただきました。配付のなかった児童については、「異常なし」です。

配付があった場合
は早めの治療

＜現在配付済のもの＞

- ・視力検査（全学年）
- ・聴力検査（1・2・3・5年）
- ・内科検診（全学年）
- ・歯科検診（全学年）
- ・眼科検診（全学年）



◎インフルエンザの感染症通知書について◎

先日配付いたしました通知「インフルエンザにおける療養報告書の提出について」の通り、今年度インフルエンザと診断された場合は、医師に登校可能予定日を確認し、速やかに学校にご連絡ください。(電話等)

その後、児童に登校する際に、『インフルエンザにおける療養報告書』(保護者が記入)を持参してください。

※『インフルエンザにおける療養報告書』は、先日配付した通知の下半分を切り取ってご使用いただくか、七小ホームページからも印刷できます。(もちろん学校に取りに来ていただくことも可能です。)

※不明な点は、養護教諭までご連絡ください。

インフルエンザ!?

登校再開はいつになる?



原則

発症後、5日を経過し、かつ
解熱後2日を経過するまで出席停止です。



発熱中



解熱



登校可能

発熱期間	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
2日間								
3日間								
4日間								
5日間								

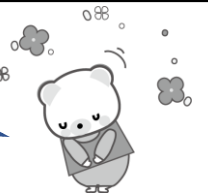
※1 発症日翌日を1日目と数えます。

※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校はできません。

※3 表中の「発熱期間」の最後の日に解熱したとします。

<<保健室からのお願い>>

よろしくおねがいします



① ハンカチを忘れずに持ってきてましょう!

手洗いの習慣はだいぶ身につけてきたようですが、引き続き、手洗い・うがいを徹底したいと思いますので、必ず清潔なハンカチを持っていくよう、ご家庭でも声がけをお願いします。

② マスクの予備の用意をお願いします!

全員がマスクを着用することは習慣になりましたが、途中で耳のひもが切れてしまうなどの不測の事態に備えて、予備用のマスクを2~3枚ランドセルに入れておいてください。

③ 乾燥対策をお願いします!

乾燥の気になる季節になりました。手荒れや唇の荒れで痛みを訴えて保健室に来る子がいます。ご家庭でもお風呂上りにクリームを塗るなど、乾燥対策をお願いいたします。

④ あたたかい服装の用意をお願いします!

新型コロナ対策として、暖房を使用しながらも、換気を徹底しますので、寒さに対応できるような服装の用意をお願いいたします。休み時間に体を動かした後は、熱くなって汗をかく子もいます。脱ぎ着できるような服で、体温を調節できるようにしましょう。