

ほけんだより12月^{がっ}

南砺立峰小学校
令和2年12月8日
No.9

日を追うごとに寒さが増し、コートやマフラーを着用して登校する児童も増えてきました。2020年も、あと1か月になりました。これからは例年ですとインフルエンザやノロウイルスなどの感染症が流行する時季です。まだ、城端小学校ではインフルエンザに感染した児童はいませんが、一人一人が予防に心がけ、流行を防ぐようにご協力をお願いします。

《インフルエンザは出席停止となります》

出席停止期間：発症後5日経過しており、かつ解熱後2日経過するまで

インフルエンザと診断されましたら、速やかに学校へお知らせください。治癒報告書(保護者に記入してもらい、学校に提出してもらう用紙)をお渡しします。

※治癒報告書は学校ホームページからダウンロードすることができます。

※欠席扱いにはなりませんので、必ず病院で受診し、医師の指示に従ってお子さんを休ませてください。



《インフルエンザ予防接種について》

インフルエンザの予防方法の一つにインフルエンザワクチンの接種があり、効果を発揮するまで2週間程度かかります。接種すると100%予防できるというものではありませんが、インフルエンザにかかりにくくしたり、かかったとしても肺炎や脳症など重症になったりするのを防いでくれたりします。

今年度未就学児・小学生対象のインフルエンザ予防接種が助成対象となっています(10月初めにお知らせを配付しております)ので、ご利用ください。助成の詳細については県のHPをご覧ください。(http://www.pref.toyama.jp/cms_sec/1201/kj00022650.html)

「歯ブラシの管理方法」についてお願い

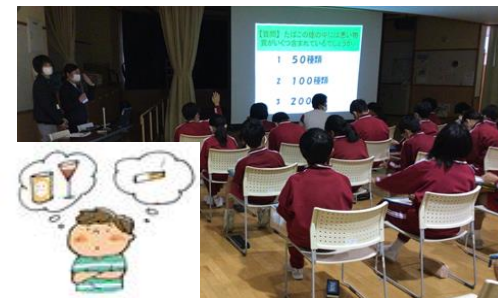
先日提出していただいた学校評価の際に、歯ブラシの保管方法について質問がありました。学校保健委員会で学校医・学校歯科医・学校薬剤師からの助言をいただき、他の学校での対応方法について確認して学校で検討した結果、学校での保管は行わず、「歯ブラシとコップを歯みがき袋に入れ、毎日持参し持ち帰る」という方法で感染予防を行うことを考えました。保護者の方にはコップの洗浄と歯ブラシの確認(後ろから見て毛先がはみ出していないか、1~2か月を目安に)を宜しくお願いします。毎日の持ち帰りは12月10日(木)から2学期中、試行してみます。感染予防対策としてご協力をよろしくお願いたします。

歯ブラシを^{あー!}チェック!



6年生 ヤングヘルスセミナー

11月20日(金)に富山県砺波厚生センターの石田・松田保健師さんをお招きし、ヤングヘルスセミナー「飲酒・喫煙の害」を行いました。講義では飲酒や喫煙の危険性や成長期の子供の脳や体、心に大きな影響を及ぼすこと、飲酒や喫煙を誘われたときの断り方について学びました。具体的なデータや写真、クイズや子供たちがよく知るスポーツ選手の話を変えながら教えてくださったことで、子供たちは楽しみながら学ぶことができました。感想文には「飲酒は20歳までしない」や「煙草は吸わない」、「わずかな気のゆるみから依存症になってしまうので、きっぱり理由を付けて断る」、「お父さんやおじいちゃんにほどほどにするように伝えたい」などと書かれており、今後の行動について考えるよい機会となりました。



2・5年生 歯科健康教室



11月27日(金)に福光保健センターの中島・中井歯科衛生士さんをお招きし、歯科健康教室を行いました。歯科指導では写真を使って「むし歯の治療をしないとどのように悪化していくのか」「むし歯になりやすいところはどこなのか」などについて分かりやすく説明していただきました。また、歯ブラシの持ち方や当て方、歯肉炎になっていないかを鏡で確認したり、糸ようじの使い方について実技

を交えて教えていただきました。

終了後、2年生からは「むし歯の写真が怖かったからきちんと歯みがきをしたい」や「むし歯になりやすい6歳臼歯をきちんと磨きたい」、5年生からは「歯肉炎は歯みがきで、治せるのでしっかり歯みがきをして治したい」、「糸ようじを使って歯と歯の間をきれいにしたい」などの感想が聞かれました。歯科健康教室を通してどの子供も「歯」を大切にしようとする気持ちを高めるよい機会になりました。



学校保健委員会

12月3日(木)に学校医、学校歯科医、学校薬剤師の先生方とPTAを代表して会長、教養衛生委員長・副委員長の皆様をお迎えし、教諭を合わせた16名で学校保健委員会を開催しました。今年度の課題である「新型コロナウイルス感染症拡大防止対策(以下コロナ対応)」を中心に熱心に協議を行いました。

学校医・学校薬剤師の先生方(松先生・中田先生・森田先生・細川先生・鶴居先生)には、教諭がコロナ対応で困っていること(給食・体育・歯ブラシの保管方法・換気の頻度)や、マスクやアルコール消毒の注意点についてご指導をいただきました。また、今後1人に1台配布されるタブレット端末を使用する上での注意点についてご指導をいただきました。PTA役員の方からは「昨年同様にアウトメディアを実現する為に家族時間カードを実施しており、より定着していくように活動していきたい。」と報告がありました。

新型コロナウイルス感染症が拡大してきている昨今ですが、感染者発生時には学校医等の先生方や、厚生センター、教育委員会等と連携を図りながら対応していきます。子どもたちには差別等が起きないように、繰り返し思いやりの気持ちを考えられるようにしていきたいと考えています。



子どもたちのために家庭での取り組みが重要になることが多くあります。年末年始に向けて今一度お子さんの生活習慣を振り返っていただき、自分の体を自分で守るために生活の仕方でも過ごせるように声掛けをお願いします。

学校での手洗い・消毒実施率は%と給食前や体育の授業後、掃除の後などに手洗い・消毒を行うことが習慣となってきたようです。
ご家庭での手洗い・消毒が習慣となるようにレイアウトや方法を子どもと試してみたい。



3年 保健学習「からだのせいけつ」

11月13日（金）に、3年生の保健「からだのせいけつ」の学習に参加しました。特に、手の汚れに重点を置き、手には目に見えない汚れや細菌が付いていることや、細菌が病気の原因になること等について指導しました。

その中で、手洗いチェッカーを使って、手の洗い残しを見る実験を行いました。最初は、「きれいに洗ったよ」と自信満々だった子供たちも、ほぼ全員に洗い残しがあり、とても驚いていました。子供たちの振り返りには、「石けんを付けて洗うことが大切だと思った」

「細菌が体の中に入ると病気になるので、洗い残しがないようにしたい」「きれいなハンカチを持っていないと、また汚くなるのが分かった」という言葉がありました。

感染症予防に最も効果的であるのが、手洗いだと言われています。手洗いの大切さを理解し、丁寧に洗うように心がけてほしいと思います。

発症日	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後1日目に解熱した場合	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	発症後 4日目	発症後 5日目			
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能		
発症後2日目に解熱した場合	発熱	発熱	解熱 1日目	解熱後 2日目	解熱後 5日目				
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能		
発症後4日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱 1日目	解熱後 2日目			
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能	
発症後5日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱 1日目	解熱後 2日目		
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能



令和2年12月2日
南砺市立城端小学校
No.9



※他にも・・・

百日咳、麻疹（はしか）、流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）、風疹（三日はしか）、水痘（水ぼうそう）、咽頭結膜熱、髄膜菌性髄膜炎、感染性胃腸炎（ノロウイルス感染症）、溶連菌感染症、マイコプラズマ感染症 等は、出席停止となります。

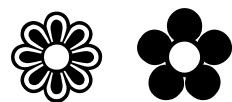
インフルエンザを予防するには

<p>うがい・手洗い</p> <p>うがい・手洗いをしっかり行って、体の中に病原体を入れないようにしましょう。</p>	<p>換気と保湿</p> <p>こまめに換気をしましょう。また、室内では加湿器などを使って湿度を保ちましょう。</p>	<p>人ごみを避ける</p> <p>インフルエンザが流行している時期は、できるだけ人ごみを避けましょう。</p>
---	---	--





インフルエンザの感染経路は「飛沫感染」や「接触感染」です。感染した人から咳やくしゃみ、会話等でインフルエンザウイルスを含んだ飛沫が飛び散り、それを健康な人が口や鼻から吸い込むことによって、ウイルスが体内に入り込みます。そして、体内で増殖することによって発症します。また、感染した人の咳、くしゃみ、鼻水等が付いた手でドアノブやスイッチ、手すり等に触れ、その後同じ箇所に別の人が触れ、間接的にもウイルスに感染します。このことから飛沫感染を防ぐためには、咳が出るときはマスクを着用する。



かぜのウイルスがいやがるのはどんなこと？

- すききらいしないで何でも食べる
- 夜ふかししないで早ね早おきをする
- ゴロゴロしないで運動をする
- 手洗い・うがいをしっかりやる
- こまめに部屋の空気を入れかえる

ウイルスがいやがることをたくさんやって、かぜを予防しよう！

秋の歯科検診

2回目の歯科検診を行い、細川先生に診ていただきました。



「治療カード」をもらったら...

早めに受診しましょう。むし歯は放っておくと、進行します。
※不正咬合で定期的に受診している人…次回受診時に治療カードを持って行ってください。又は、定期受診中であることを記入し、担任へ提出してください。

「イエローカード」

むし歯、歯肉炎、歯の汚れのいずれかで、現在のところすぐに治療の必要はないものの、そのまま放置すれば治療が必要になると診断を受けた人には、結果を書いた黄色の紙を渡しました。様子を見ていただき、症状によっては受診することもよいと思います。