

ほげんだより 11月

令和5年11月1日
蓮田市立黒浜西小学校
保健室



11月23日は勤労感謝の日です。もともとは「新嘗祭」という飛鳥時代から続くお祭りで、その年に収穫したお米を神様にささげて感謝し、来年の豊作を祈る日でした。現代の豊かな食卓も、その裏にはたくさんの方たちの働きがあります。食欲の秋を楽しみながら、誰かの働きに「ありがとう」の気持ちを持てるといいですね。



校内巡視の時、一生懸命勉強をしている皆さんの姿を見ますが、姿勢が崩れている人がチラホラ……。両足は床についていますか？いすに深くすわっていますか？机と目の高さは近くないですか？チェックしてみましょう。



例年になく早いスピードでインフルエンザが流行しています。感染症予防の基本をもう一度確認しておきましょう。

今月の保健目標

よい姿勢で生活しよう



6月の歯科健診から5カ月が過ぎました。歯の状態はどうですか？まだ治療が済んでいない人は、「いい歯の日」に合わせて歯医者さんに行きましょう。特に問題がなかった人も、定期健診に行ってみるのもいいですね。今年もあと2カ月で終わりです。今年のむし歯は今年のうちには治してしまいましょう！

治療が済んでいない人の数（人）

| | 1年生 | 2年生 | 3年生 | 4年生 | 5年生 | 6年生 |
|---------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| □ 歯肉炎 | 0 | 2 | 1 | 5 | 1 | 6 |
| □ 歯石 | 1 | 2 | 4 | 7 | 2 | 12 |
| ■ 要注意乳歯 | 1 | 1 | 2 | 4 | 2 | 2 |
| ■ むし歯 | 2 | 8 | 1 | 10 | 5 | 4 |

手洗い

手のひら・つめ・親指のまわり
手の甲・指の間・手首を20秒
以上かけて洗おう。洗ったあとは
ハンカチでふこうね！



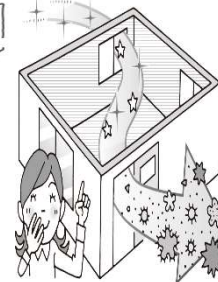
せきエチケット

咳やくしゃみをするときは、
腕やハンカチでガード
しよう。マスクもおすすめ
だよ！



かんき

空気の「入口」と「出口」
ができるように、ななめに
2か所以上窓をあけよう！



体調確認

朝、発熱や咳、腹痛など
体調がよくない時は、無理し
て登校せず、病院で診てもら
い、家でゆっくり休もう！



おうちの方へ

インフルエンザの流行に関し、お迎え及び学級閉鎖等への御対応、誠にありがとうございます。残念ながら感染症の流行はこれからが本番です。医師より感染症と診断された場合は、Forms等で速やかに学校までご連絡ください。診断書等の提出の必要はありません。登校開始は医師の指示に従ってください。また、緊急連絡先の確保にも御協力お願いいたします。

インフルエンザの出席停止期間

「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで」です。発症日及び解熱日を「0」として数えます。なお、医師より指示があった場合はそちらに従ってください。

