

ほけんだより

はあと



家庭数

平成30年1月9日

さいたま市立美園小学校

保健室

2019年がスタートしました。それぞれが新しい願いや目標をもち、心新たに新年を迎えられたと思います。その目標を達成するためにも、1日1日を大切に過ごし、健康に気をつけて、今年も笑顔で元気に頑張りましょう。本年もよろしくお祈りします。

1月の保健目標 寒さに負けない体を作ろう

3学期の身体測定のお知らせ

- 10日(木) 4年生
- 15日(火) 6年生、にじいろ
※緑区サッカー大会が延期になった場合は、11日(金)になります。
- 17日(木) 3年生
- 21日(月) 5年生
- 22日(火) 2年生
- 23日(水) 1年生



☆インフルエンザを予防する6つのポイント

- ・マスク
- ・手洗い、うがい
- ・人混みを避ける



- ・換気
- ・温度と湿度の調節
- ・十分な睡眠と食事

インフルエンザの出席停止期間に注意！！

最近では、インフルエンザにかかっても、薬によって熱が早く下がるようになりました。しかし、薬の効果で熱は下がっても、しばらくは感染力が残っています。感染力が残った状態で登校してしまうと、他の人に移してしまう可能性があります。熱が下がって元気である場合でも、集団での感染を防ぐために、ご協力をお願いいたします。また、インフルエンザが疑われる場合には必ず医療機関へ受診してください。



熱を出し始めた日(発症日)を0日目とします。

「インフルエンザ出席停止期間」例

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

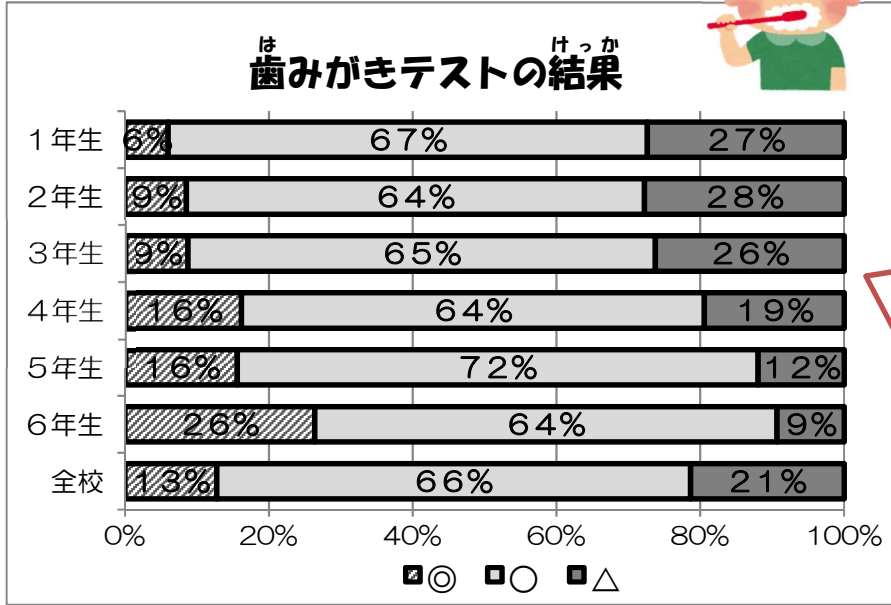
発症してから5日、さらに解熱後2日経ってれば登校が可能です。(解熱後2日経過しても発症後5日以内は出席停止です)

解熱した日を解熱0日目とします。

裏面へ

かぞく は けっかほうこく 家族でぴかぴか歯みがきテストの結果報告

11月8日(木)は『いい歯の日』ということで、11月5日(月)～11日(日)に、家庭で歯みがきテストを行いました。家庭での協力、そしてたくさんの感想ありがとうございました。家族で歯みがきテストを行うことで、家庭で歯の健康について考える機会になれば幸いです。集計結果と、感想の一部を報告します。



返却されたプリントと一緒にみよう！
(結果基準も載っています)

毎年、学年が上がるにつれ、◎の人が増えています。特に6年生はさすがですね。
歯みがきテストのときだけ意識して磨くのではなく、これからも毎日丁寧な歯みがきができるように頑張りましょう！



じどう 児童

は かんそう 歯みがきテストの感想



ほごしゃ 保護者

- じぶんのはの、きたないところがわかりました。次は赤いところがなくなるようにしたいです。
- 思っていたより赤くてショックでした。これからは、もっときれいにみがきます。
- 去年よりもみがけていて、赤いところが少なくなっていてよかったです。
- 歯と歯の間が赤く染まっていたので、意識をして歯をみがきたいと思いました。

- 普段の磨き方が自覚できる良い機会となりました。
- 意外と前歯が磨けていないことに驚きました。大切な永久歯を守ってほしいです。
- テストがないときも意識して磨くようにしてほしいです。
- むし歯にならないように、丁寧に磨くように声をかけていきたいです。

★保護者のみなさまへ★

第2回学校保健委員会(はぐくみ委員会)にたくさんの申し込みありがとうございます。申し込んでくださった方は、全員ご参加いただけます。日時は、平成31年2月7日(木)14:45～です。よろしくお願いいたします。

ほけんだよりは、おうちの人といっしょによみましょう。

