

ほけんだより

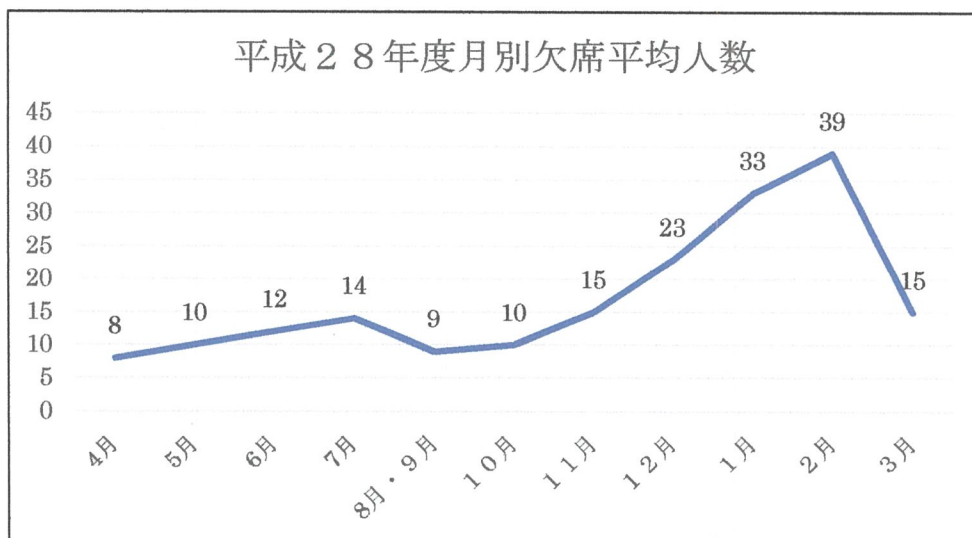
平成29年3月15日
 横浜市立白根小学校
 校長 持丸 隆一
 保 健 室



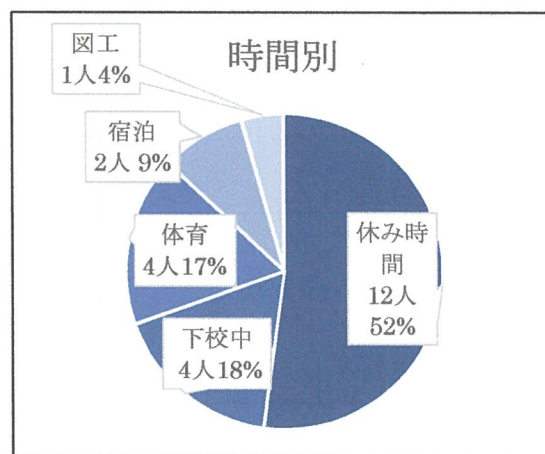
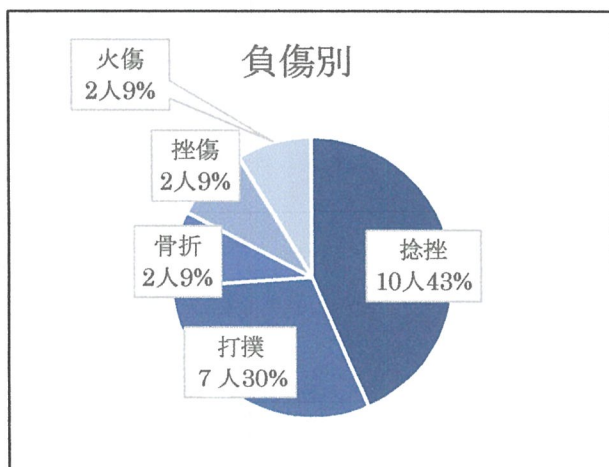
本年度も残すところあと少しとなりました。いよいよ6年生は卒業です。一人ひとりが健康に気をつけて元気に過ごせるように、また皆さんの幸せを心より願っています。1年生～5年生の皆さんもこれからも健康に気をつけて過ごされることを願います。

単位：人数

(3月10日までの集計)



平成28年度 病院へ受診したけがについて 23人 (3月10日までの集計)



1月より引き続き、インフルエンザによる欠席者がいます。A型だけでなくB型と診断されるお子さんがいます。感染予防のために、うがい、手洗いの励行、十分な睡眠、バランスのよい食事が大切です。また、体調をくずしてしまった場合は、早めの休養と早めの医療機関への受診をおすすめします。ゆっくりと療養されて体力が回復されてからの登校が望ましいでしょう。引き続き、ご家庭での健康観察をお願いします。



<流行性耳下腺炎>

横浜市内で1～3月に例年より流行している感染症に「流行性耳下腺炎」(おたふくかぜ)があります。本校でも流行性耳下腺炎のり患者がいます。飛沫感染や接触感染する病気です。予防には、インフルエンザと同様にうがい・手洗いが大事といわれています。

<潜伏期間>

- ・2～3週間

<症状>

- ・頭痛・軽熱、唾液腺の腫脹、開口制限、
噛むときの痛みの増加

<出停期間>

- ・唾液腺や耳下腺炎の腫脹の症状が始まって5日が過ぎ、
かつ全身症状がよくなるまで

(学校保健法施行規則2012年4月改訂)

インフルエンザ同様に「流行性耳下腺炎」は学校感染症です。医師の指示があるまでは出席停止扱いになります。なおその間欠席扱いになりません。しっかりと休んで全身症状がなくなってから登校します。登校されてから担任より健康手帳を渡しますので36ページに病名、医療機関、出停期間をご記入になり担任へ提出ください。



<歯みがき指導を1月～3月に実施> (1年～3年)

染め出し剤を使って1年生～3年生は、各担任と養護教諭とともに歯磨き指導を実施しました。自分で手鏡を見て、磨き残したところをチェックして、その後歯磨きを実施しました。どの児童も手鏡をのぞき込み、自分の歯の汚れ具合を観察していました。その後、歯ブラシをじょうずに持ち優しい力で歯磨きをしました。歯を磨いた後、「ツルツルになった」「すっきりした」「気持ちいい」と感想を発表していました。

これからの毎日の歯磨きに役立てていただけたらと思います。

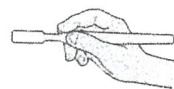


みがき残しの多いところ

- ★歯と歯の間 ★歯と歯肉のさかいめ
- ★奥歯のかみ合わせ ★前歯の裏側



歯ブラシの使い方



えんぴつにぎり



毛先が
広がらないつよさ

