

11月のほけんだより

美里町立中央小学校 保健室
令和 5年 11月 14日
<No.8> 文責:林田久美

全国的にインフルエンザが流行していますが、中央小でも先週ぐらいから少しずつふえてきています。

手洗い、うがいはもちろんのこと、窓をあけて空気を入れかえをしましょう。水も風も冷たいですが、がんばりましょう。また、しっかり寝て、ご飯を食べて、体をうごかして、体力が落ちないようにしましょう。

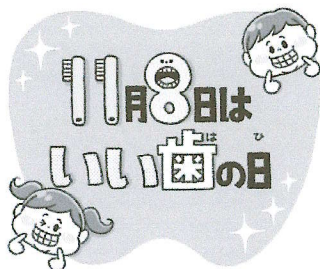
インフルエンザと診断されたときの、出席停止は下のとおりです。



インフルエンザ流行中

「発症した後、5日を経過し、かつ解熱（熱が下がる）後2日を経過するまで」

	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	9日目
発熱日を0日として3日目までに解熱した場合	療養（出席停止）						登校OK			
	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱	解熱				
発熱日を0日として4日目以降に解熱した場合	療養（出席停止）						登校OK			
	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱1日目		解熱2日目		
	療養（出席停止）								登校OK	
	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱1日目	解熱2日目	登校OK	

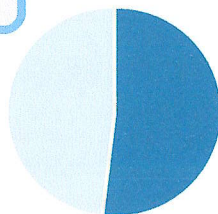


11月8日は、「いい歯の日」でした。歯がなかったら食べる楽しみがなくなったり、うまくしゃべれなかったりと大変です。いつまでもいい歯でいられるように、歯みがきを怠らないにして、よくかんで歯やあごを使うようにしましょう。むし歯の治療も忘れずに！

むし歯の治療に行こう！

むし歯をそのままにしても、治りません。いつか、行かなければならないのです。

早く行きましょう！



歯科受診した人

57.8%

ブラッシング指導

予定は次のとおりです。

- 1年 11月24日(金)
- 2年 12月 8日(金)
- 3年 11月28日(火)
- 4年 12月 6日(水)
- 5年 12月 4日(月)
- 6年 11月27日(月)

パーフェクト賞目指して
はみがきをしよう！

歯ブラシ、大丈夫？

歯ブラシの毛先は開いていませんか？毛先が開いていると、よごれを落とす力が弱くなります。早めに交換しましょう。

