



令和5年11月1日(水)
御船町立滝尾小学校
養護教諭 酒井彩伽

お家の人と一緒に読みましょう。

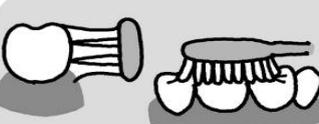
日が暮れるのがずいぶん早くなりました。1年のうち、最も昼が短くなる「冬至」まで、少しずつ夜が長くなっていきます。気温も少しずつ低くなり、体調を崩しやすい時期になります。気温に応じて、衣服や布団の調整ができるよう、準備をしましょう。また、湿度も低くなり、肌や唇が乾燥する人もいるかもしれません。必要であれば、お家の人・担任の先生と話をし、ハンドクリームやリップクリーム等を学校でも使用できるようにすると安心ですね。



11月8日は、「いい歯の日」！

11月8日は、「いい歯の日」です。おし歯のない歯、真っ白な歯、食べ物をしっかりと噛める歯など、「いい歯」と考えられる歯はたくさんあると思います。みなさんは、どのような歯が「いい歯」だと思いますか？みなさんが理想とする「いい歯」に近づけるよう、歯みがきを頑張りましょう。小学生のみなさんの歯は、歯の生え替わりの時期で、歯みがきをすることが難しい歯並びをしています。歯ブラシの部位を上手に使い分けて、歯のすみずみまで磨きましょう。また、お家の人に仕上げ磨きもしてもらいましょう。

歯ブラシの部位を上手に使い分けてみがこう

<p>は</p> <p>ぜんめん</p> <p>全面</p> 	<p>ぶい</p> <p>さき</p> <p>つま先</p> 	<p>じょうず</p> <p>つか</p> <p>わき</p> 	<p>わ</p> <p>かかと</p> 
			
<p>れい は ひょうめん</p> <p>例: 歯の表面、 あ かみ合わせなど</p>	<p>れい かみあわせの小さな凸凹、 あ あいだ おくは おくは</p> <p>例: 奥歯と奥歯の間など</p>	<p>れい は しにく さかいめ まえは まえは あいだ</p> <p>例: 歯と歯肉の境目、 まえは まえは あいだ 前歯と前歯の間など</p>	<p>れい まえは うらがわ おくは てまえがわ</p> <p>例: 前歯の裏側、 おくは てまえがわ 奥歯の手前側など</p>

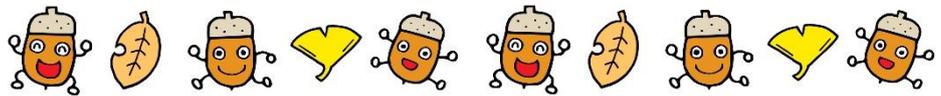
トイレのスリッパを大切にしよう！

10月中旬に、児童トイレの古くなったスリッパを新しいものにしました。これから、長い期間使用するスリッパです。正しい履き方で、大切に使用してください。

また、トイレから出るときはスリッパを並べていますか？次使う人のことを考えて、スリッパを並べましょう。そのためにも、時間にも心にも余裕を持って過ごせると良いですね。



感染症に注意！



寒さが少しずつ深まり、様々な感染症が流行する季節となりました。体調不良で病院を受診され、以下の感染症の診断をされた場合は、出席停止となります（学校保健安全法第19条）。ご確認をよろしくお願いいたします。

★出席停止となる主な感染症（一部抜粋）★

病名	出席停止の基準
新型コロナウイルス感染症	発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで
インフルエンザ	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
麻疹	解熱した後3日を経過するまで
風疹	発疹が消失するまで
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺・顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで
水痘（みずぼうそう）	全ての発疹がかさぶたになるまで
感染性胃腸炎	下痢・嘔吐症状が軽減した後、全身状態が良好になるまで
溶連菌感染症	適切な抗菌薬療法開始後24時間が経過するまで
伝染性紅斑（りんご病）	発疹のみで全身状態が良好な状態になるまで
RSウイルス感染症	発熱・咳などの症状が安定し、全身状態が良好な状態になるまで

地域や学校における発生・流行の態様等を考慮の上、学校長が出席停止にするか判断する。

参考：日本学校保健会「学校において予防すべき感染症の解説」

○上記以外にも出席停止となる感染症があります。感染症と診断され、出席停止の該当か医師からの指示がない場合や、出席停止の期間が不明な場合は、学校までご連絡ください。

○主な感染経路は、飛沫感染や接触感染です。

飛沫感染	<p>咳やくしゃみをしたときに、病原体が多く含まれた水滴が放出され、それを近くにいることで感染します。予防には、咳・くしゃみをするときのマスクの着用やハンカチ等で口を覆うといった咳エチケットが有効です。</p>	
接触感染	<p>感染している人との接触や汚染された物に接触によって感染します。汚れた手で眼や鼻、口、傷口などを触ることで病原体が体内に侵入して感染が成立するため、予防するには手洗いが重要です。</p>	<p>おそろい！手洗いが必要なタイミングは？</p>

