

ほけんだより6月

不 土 野 小 学 校
保 健 室 発 行

梅雨に入り室内で過ごさないといけない時間が増えてきました。この時期は気温や気圧の差で体調を崩しやすかったり、落ち着きがなくなって室内でのけがが増えたりします。早寝早起き朝ごはんとはんと落ち着いた行動に気を付けてけがや病気がなく過ごしたいですね。

かんせんしょう ちゅうい 感染症にご注意を！！

今年は、季節はずれの感染症が流行しています。大きな原因は2つ、「①新型コロナウイルス感染症の分類が変わって、人の移動が増えたから。」

「②コロナ禍でそのほかの感染症も予防がしっかりされていたため、特定の(特に小さい子どもの)時期に罹りやすい感染症の免疫がついていなかったから。」正しく知って、予防しましょう！



夏に多い子どもの感染症

6・7月は子どもの感染症が急激に増えます。

手洗い・うがい・十分な睡眠で予防を心掛けましょう。



ヘルパンギーナ

38～40度の発熱、のどの痛み、食欲不振、口の中の水疱など

手足口病

口の中、手のひら、指、足の裏の水疱など

咽頭結膜熱（プール熱）

38～39度の発熱、頭痛、のどの痛み、目の充血など



こんな症状が見られたら、まずは病院を受診してください。
家庭ではこまめな水分補給をお願いします。

冬に多いけど今流行している感染症

RSウイルス

発熱、鼻水、咳、ヒューヒューとした呼吸

感染性胃腸炎

嘔吐、吐き気、腹痛、下痢、発熱

インフルエンザ

発熱、のどの痛み、咳、鼻水、嘔吐、下痢、腹痛、頭痛、倦怠感など



自分たちでできる「石けん手洗い・うがい」で予防しましょう！

これらの感染症は流行状況などから出席停止になることがあります。病院受診後は学校へ

連絡をお願いします。

保健だより・保健室へのご意見ご感想はこちらまで☆ 児童・保護者 ()

「インフルエンザ」と「新型コロナウイルス感染症」、

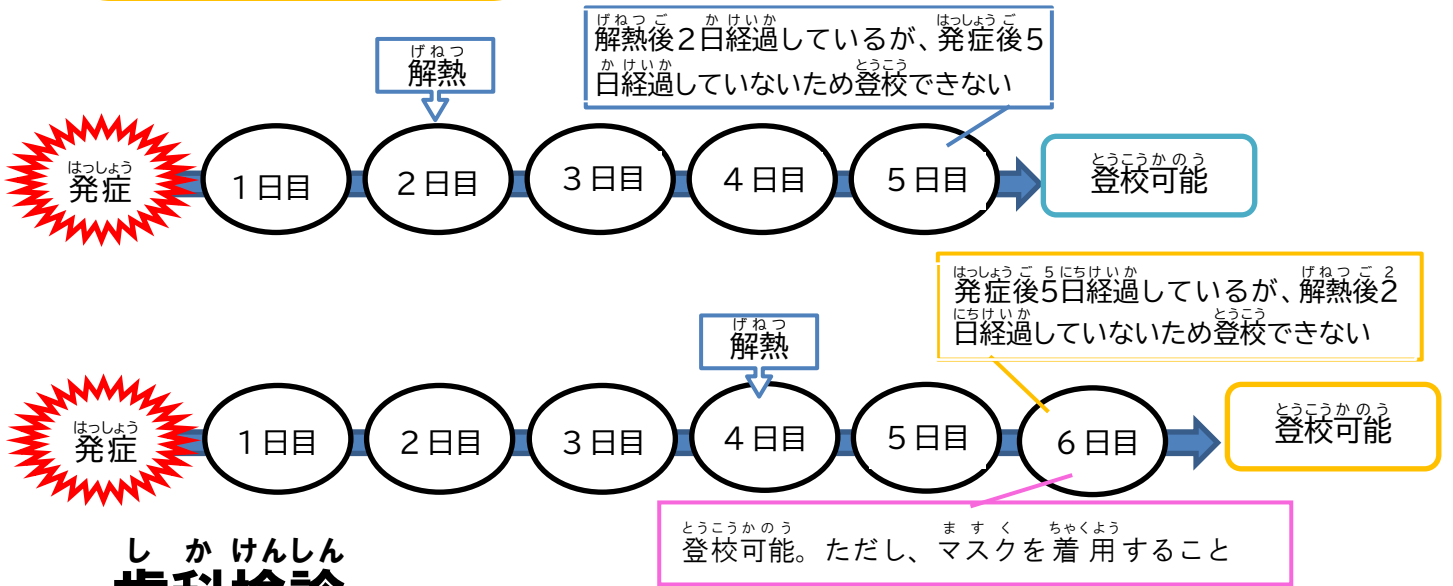
いつから学校に来ていいの？

インフルエンザ

発症（発熱）した日を0日として6日目、さらに薬を使わずに解熱した日を0日として3日目から登校可能

新型コロナウイルス感染症

発症（発熱）した日を0日として6日目、さらに薬を使わずに解熱してから2日目かつ呼吸器症状が良くなりつつあれば登校可能。
ただし、発症から10日過ぎるまではマスク着用



しかけんしん ～歯科検診～

大森歯科の大森先生と歯科衛生士さんに来ていただき、歯科検診と歯みがきの指導をしていただきました。去年よりもむし歯がある人は増えましたが、一人あたりのむし歯の本数は減っていました。はみがきを頑張った効果が出ているのかもしれませんが！

結果と一緒に返却したのはみがき指導でのワークシートは赤（数日間の磨き残し）青（3～4日以上前の磨き残し）を表しているものです。下学年の人はおうちの人と確認して、仕上げみがきをしてもらいましょう。上学年の人は教えてもらったフロスも使ってきれいにしましょう。



おうちの方へ

- 健康診断の全項目が終わりましたので結果を配付しています。眼科健診・視力検査・内科検診は受診に該当する児童にのみ受診のすすめを配付しています。その他の項目はすくすくファイルの【健康診断の結果】の一覧をご覧ください。**また、早めの受診をお願いします。**
- おうちでの爪切りチェックや髪を梳いてくるなど身だしなみの声掛けをお願いします。

