



12月 ほけんだより

いよいよ冬休みです。クリスマス、お正月とイベントがあり、ケーキ・チキン・お餅・おせち料理などおいしい料理を食べる機会が多いです。食べるばかりではなく運動も忘れなさい。そして、いつも通り規則正しい生活(早寝早起き・朝昼晩3食食べる)を心がけてください。楽しい冬休みにしてくださいね。

ブラッシング指導がありました！(保護者の方へ)



全学部の子どもたちが歯科衛生士専門学校の学生さんによるブラッシング指導を受けました。鏡とにらめっこをしながらも懸命に取り組んでいる姿がみられました。指導を受けた後、普段お昼の歯磨きを見ていると数秒で磨き終わっている子どもたちが教えてもらった日のお昼、とても丁寧に磨いている姿がみられました。歯ブラシの角度を変えながら真剣に磨いている様子を見て、「毎日こんな風に丁寧に磨いてほしいな～」と感じました。

子どもたちに歯磨きについて尋ねると、「面倒くさい」「朝は時間がない」などの返事が返ってきました。学校での歯磨きは、担任の先生と養護教諭が指導をしていますので、ご家庭でもきちんと磨けているか様子を見てもらえたらと思います。磨き方だけではなく、歯ブラシの毛先が広がっていないか・歯ブラシにカビが生えていないかなどの歯ブラシの状態のチェックもお願いします。子どもたちの歯の健康のためにご協力よろしくお願いたします。



▼△インフルエンザの出席停止期間について△▼

インフルエンザ発症日を0日と数え、5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまでが出席停止期間になります。(1日のうちで、発熱・解熱を認めた場合は、発熱期間とします。)出席停止期間に従い、感染力が弱くなるまで登校を控えることで、インフルエンザの蔓延を防ぐことを心がけましょう。インフルエンザと診断されたら、学校から【インフルエンザによる欠席届け】をもらって保護者の方が記入し、学校に提出することで、出席停止扱いとなります。

◆◇感染性胃腸炎(ノロウイルス)について◆◇

感染力が強く、症状が治まったあとも便からウイルスが出続けるため、感染が疑われる場合に学校では特別な対応をしています。
○おう吐や下痢が治まった後も、二日間は給食を別室で食べてもらいます。
○家族に患者がいても本人に症状がなければ普段通りの給食でOKです。ただし給食当番は控えてもらいます。
○おう吐して汚れた服は、学校で洗わずに持ち帰ってもらうことがあります。
*丁寧に手洗いをし、うがいもしっかりして感染しないように注意しましょう。



ちょっとひとこと...

今年も残りわずかとなりました。1年経つのは本当にあっという間ですね。みなさんにとって、この1年はどんな年でしたか？私にとって、小学5年生からの夢であった【保健室の先生】として和附特に来れたことが一番大きな出来事です。みなさんに出会って、ちょうど半年です。(はやいですね～)1年を振り返って、来年に向けて新たな目標を持ち、1月8日(始業式)からがんばりましょう！みなさんが元気に登校してくれることを心待ちしています。にこにこ笑顔で保健室にきてくださいね。風邪やノロウイルスにかからないように気をつけてください！それではまた、来年もよろしくお願いたします。よいお年を！