

ほけんだより

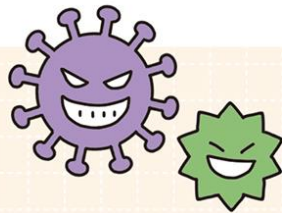
令和6年11月29日
第8号
川口市立幸町小学校保健室

感染症に

かからない! うつさない!!

寒くなって空気が乾いてくると、ウイルスが活発になり、感染症が広がりやすくなります。特に活発になるのは、次のようなウイルスです。みなさん、知っていますか？

- インフルエンザウイルス
- RSウイルス
- コロナウイルス
- ノロウイルス



こうしたウイルスが体の中に入ってきて病気になる、せきや鼻水が出たり、急に高い熱が出たり、頭やおなかの痛みが起きたりします。

ウイルスは人から人へとうつるので、自分や周りの人がかからないように次のことに気をつけましょう。

人が大勢いる場所ではマスクをする

せきエチケットに注意する

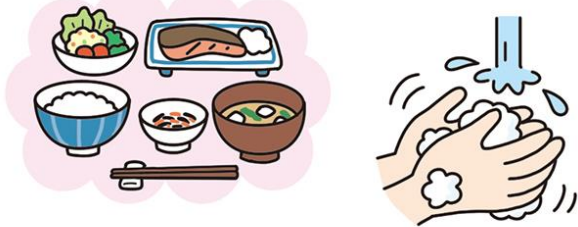
(せきやくしゃみが出そうになったら、ティッシュ・ハンカチ、上着の袖などを使って、口や鼻をおさえる)

石けんでていねいに手を洗う

しっかり栄養をとる

ぐっすり眠る

規則正しい生活をする



親子歯みがき教室

10月31日(木)に1年生親子歯みがき教室が開催されました。講師に、なんば歯科より学校歯科医の難波夏生先生、倉田歯科クリニックより歯科衛生士の木村千晶さんにお越しいただきました。大きな口になったちあき先生と一緒に「あいうべ体操」をおこなったり、鼻呼吸や口呼吸について学びました。飲み物に含まれる砂糖の量を教えてもらったり、質問コーナーでは、子どもたちの疑問に対し、難波先生が丁寧に答えてくださり、みんなが「歯みがき名人」や「歯みがき博士」になっていました。

保護者の皆様、平素より本校の学校歯科保健活動にご協力ありがとうございます。今回の講話内容をご家庭での歯科保健に役立てていただければ幸いです。

保護者の方へ

～インフルエンザ、新型コロナの出席停止期間について～

インフルエンザにかかった場合は発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで、新型コロナウイルス感染症にかかった場合は発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまでは出席停止になります。



インフルエンザの場合 (例：3日目に解熱した場合、4日目に解熱した場合)

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
3日目に解熱した場合		発熱		解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校OK	
4日目に解熱した場合		発熱			解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校OK

新型コロナの場合 (例：4日目に症状が軽快した場合、5日目に症状が軽快した場合)

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
4日目に症状が軽快した場合		有症状			症状軽快	症状軽快後1日目	登校OK	
5日目に症状が軽快した場合		有症状				症状軽快	症状軽快後1日目	登校OK