



小高区4小学校
No.16
H28.12.9

12月の保健目標
教室の空気を
きれいに保とう

【お知らせ】感染症の流行状況について



○感染性胃腸炎

校内で、感染性胃腸炎による出席停止、嘔吐や腹痛の症状がある児童が増えています。感染予防としては、手洗い・うがいやマスクの着用、湿度を保つことなどがあります。そのため、スクールバス・ジャンボタクシーで通学する児童はバス内での感染拡大を防ぐため、マスクを着用して登下校するようにお願いいたします。

また、嘔吐した場合には、2mほどウイルスが飛散します。そのため、素手で処理せずに使い捨ての手袋やビニール袋を手にはめて処理をすること、500mlのペットボトルに塩素系漂白剤（次亜塩素酸）をキャップ1～2杯入れて、水でうすめたもので消毒することで二次感染を防ぐことができます。

○インフルエンザ

福島県では、11月25日にインフルエンザの流行入りが発表されました。12月9日現在、校内ではインフルエンザで欠席している児童はおりませんが、小高中学校でインフルエンザと診断された生徒が2名、発熱で受診をしている生徒が3名いるそうです。

○水ぼうそう

また、南相馬市では水ぼうそうが流行しています。水ぼうそうは、始めに赤い小さな発疹が出てきます。発熱を伴いますが、微熱程度のこともあります。感染予防としては、手洗い・うがいが有効ですが、感染力がとても強いので、ウイルスが入るとすぐに感染してしまいます。

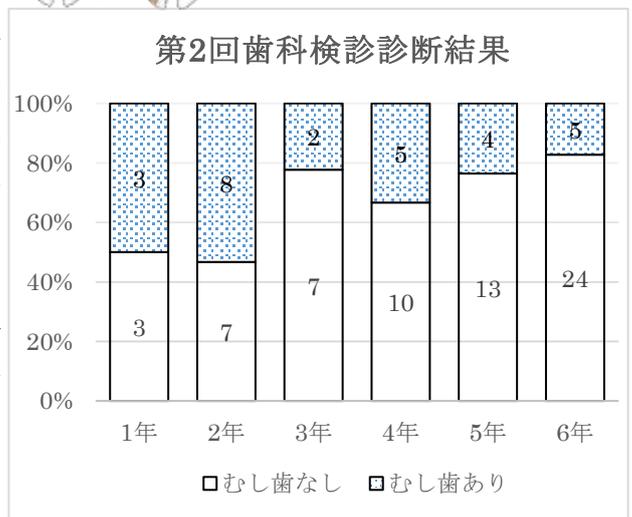
家庭での毎朝の健康観察を十分にお願いたします。体調がすぐれない時には、無理をして登校させずに、家庭での休養や病院受診をお勧めいたします。

第2回歯科検診を実施しました



11月16日に今年度2回目の歯科検診を実施しました。歯科検診の結果を受けて、今回新たにむし歯が見つかった人、1回目（6月）の歯科検診で治療勧告を受けたが、治療が完了していない人に受診勧告書を配付しました。その後、治療は進んでおりますでしょうか。

また、1回目の歯科検診後に歯の治療を完了していた人の中にも、2回目でもまたむし歯があると診断された人がいました。むし歯を防ぐために、毎日の食生活の見直しや丁寧な歯みがきをする生活習慣づくりが大切です。健康な歯をつくるために、ご家庭でもお子さんと話し合っただけであればと思います。



保健給食委員会による紙しばいの読み聞かせ

11月8日の「いい歯の日」にちなんで、11月16日の朝の学活の時間に保健給食委員会の児童が各学年に歯に関する紙しばいの読み聞かせを行いました。

読み聞かせの最後に、全校の児童が歯の健康について意識が高まるよう、歯みがきを丁寧にすることや歯みがきカレンダーの取り組みについて話をしました。



保健に関する授業の実施

担任と養護教諭の連携による授業を2年生、4年生、6年生で行いました。また、12月2日の授業参観の際には、市の保健師さんから6年生に思春期保健についてお話をいただきました

11月28日3校時 2年生学級活動「かぜのよぼう」

くしゃみをしたときに、かぜウイルスが飛ぶ距離をひもの長さで表してみると、一番前の席から一番後ろの席まで届いてしまいます。そこで、かぜを予防するために「ウイルスを入れない」「ウイルスにまけない」という2つの視点でかぜ予防の方法を学びました。



12月2日5校時 4年生学級活動

「生活習慣病と食生活～朝ご飯で健康な生活を～」
生活習慣病には脳や心臓の病気があり、子どもの時からの健康な生活が大切であることを学びました。また、健康な生活のために、班ごとに朝ご飯のメニューを考えました。

12月2日5校時 6年生思春期保健教室

「いのちのはじまり～生命誕生～」

思春期に起こる体や心の変化や命の始まりについて学びました。性を考えることは「生きること」を考えることであること、今の自分を大切にしたいということを知りました。



保健室の窓から…No.5

『夏バテならぬ、冬バテ』

夏バテならぬ、冬バテを知っていますか。主な原因は寒さ・運動量が減る・日の長さなどで、疲れやすさ、免疫力が低下してかぜなどにひきやすくなるという症状があります。予防・解消にはお風呂に入って体を温めることや、体を温める食事をとることがおすすめです。