

すくすく11月



ながれやましりつやぎきたしやうがっこう
流山市立八木北小学校 ほけんしつ

へいせい ねん がつ
平成28年11月

あさばん ひ こ うわぎ は お どうこう すがた おお さいきん あつ
朝晩はだいぶ冷え込むようになり、上着を羽織って登校する姿が多くなりました。つい最近まで暑
かったと思えば、季節はいつの間にか冬へと移り変わっています。寒くなってきたせいか、体調をく
ずしてお休みをする人が多くなっています。

はつひようかい お つぎ そうたいかい たいちよう ととの じゆうぶん れんしゆう
「わくわく発表会」が終わると、次は「がんばり走大会」です。体調をしっかりと整えて十分に練習
を積み、準備万端で当日を迎えましょう。

11月の保健目標

そと で げんき からだ うご
「外に出て元気に体を動かそう」
「まわりの人に親切にしよう」



11月の保健行事

もく せききゆうそく しょうけんしん じ
10日(木) 脊柱側弯症検診2次
(5,6年生1部)

感染性胃腸炎に注意!

せつ てあらい こまめなうがい
右けんでの手洗い、こまめなうがいが
基本です!!心がけましょう。



さいきん きせいちゆう ひ お いちようえん
細菌・ウイルス・寄生虫などによって引き起こされる胃腸炎のうち、ノロウイルスやロタウイルスな
どによるものは感染力が強く、特に冬に流行します。主な症状は吐き気・嘔吐・下痢・腹痛です。ひ
どい場合は脱水症状を起こしやすいので、嘔吐や下痢などの症状があったら、すぐに医師の診察
を受けましょう。



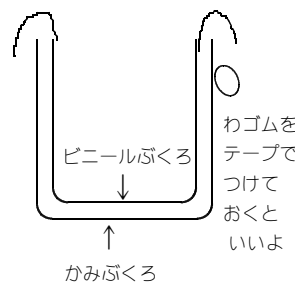
は け ぶくろ ようい
吐き気がしたら、すぐにエチケット袋の用意を!
トイレや手洗い場などで、吐かないで!

は 吐く=トイレ・手洗い場だと思っている人
が多いと思いますが、それは間違い×!

トイレなどで吐くと、もしも感染の恐れが
ある嘔吐の場合は、トイレや手洗い場など
にウイルスや細菌が飛び散ってしまい、次
に使った人に感染してしまうことがありま
す。また、洋服が汚れてしまったり、いや
な臭いが広がって、まわりにいる人へも迷
惑をかけます。

家で学校でも吐く時は「エチケット袋」
に吐くよう心がけ、まわりにウイルスや細
菌をまき散らさないようにしましょう。

「エチケット袋」を作ろう!



エチケット袋はすぐにい
るように、机の中かお道具
袋に入れておきましょう。
吐き気がしたら、すぐに
エチケット袋を出しておく
と安心です。

☆100円ショップなどでも、専用の袋が売っています。
固める粉が入っているのでおすすめです。

ぜんいん 全員「エチケット袋」を持ってこよう



11月8日は「いい歯」の日

おめでとう! 八木北小学校が
「千葉県学校歯科保健優良校表彰」で
「奨励賞」を受賞しました!

これは、八木北小のみんなが健康な歯の人が多くということと歯の健康
にがんばっている学校ということが認められた結果です。
これからも健康な歯や歯肉を大切に、一生自分の歯でおいしく食べられるよう、
毎日の歯みがきをがんばりましょう。

むし歯があってまだ治療がすんでいない人は、できるだけ早く歯医者さんに行き
ましょう。放っておいてもむし歯は治ることはありません。



給食の後も、歯みがきをしよう!

「学校で歯みがきをしてもいいの?」 → 「もちろんです!」

給食の後に歯みがきをしていますか?歯みがきがんばり週間だ
けしか歯みがきをしてはいけないと思っている人がいますが、
そんなことはありません。食後の歯みがきは、むし歯予防だけ
ではなく、エチケットとしても大事な習慣です。給食のナプキ
ンのポーチに歯みがきセットを一緒に入れておきましょう。



おうちの方へ ★★★ ご協力お願いします ★★★

【感染症による出席停止について】

感染性胃腸炎やインフルエンザ、溶連菌感染症、マイコプラズマ肺炎などの感染症が流行る季節となり
ました。感染症の種類によっては「出席停止」となるものがあり、医師による登校の許可が出ないと登
校できないものがあります。感染症にかかった場合は必ず医師に診てもらい、医師から登校許可が出る
までは、しっかりご家庭で休養するようお願いいたします。登校する際に「治療証明書」が必要な感染症に
ついてはご提出にご協力ください。

流山市で「治療証明書」が原則必要としている主な出席停止の感染症

百日咳・麻疹(はしか)・流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)・風しん(三日はしか)・水痘(水ぼうそう)
咽頭結膜熱(プール熱)・髄膜炎菌性髄膜炎・結核 等

流山市で「治療証明書」が原則不要としている主な出席停止の感染症

インフルエンザ・溶連菌感染症・ウイルス性肝炎・手足口病・ヘルパンギーナ・伝染性紅斑(りんご病)
マイコプラズマ感染症・流行性嘔吐下痢症(感染性胃腸炎)・アタマジラミ・伝染性軟属腫(水いぼ)
伝染性膿痂疹(とびひ) 等

※「治療証明書」が不要な感染症についても、集団感染の発生等、必要に応じて「治療証明書」の提
出をお願いする場合がありますのでご承知おきください。また、登校の際は、家庭の判断ではな
く、医師から登校許可が出てから登校するようお願いいたします。



11月8日は、
いい歯の日です。



食後の歯みがきを
忘れずに。



もし、むし歯に
なったら歯医者さん
に見てもらいましょう。



ワシも歯を
大切にしておるぞ。