

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

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。

「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を動かそう
「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

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!

右けんでの手洗い、こまめなうがい
基本です!!心がけましょう。



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。



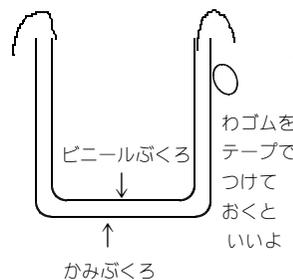
吐き気がしたら、すぐにエチケット袋の用意を!
トイレや手洗い場などで、吐かないで!

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、それは間違えX!

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。

家でも学校でも吐く時は「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出せるように、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。

全員「エチケット袋」を持ってこよう

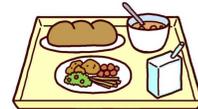


11月8日は「いい歯」の日

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「治癒証明書」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「治癒証明書」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(三日ばしか)・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「治癒証明書」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

※「治癒証明書」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「治癒証明書」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!



もし、むし歯に
なったら歯医者さん
見てもらいましょう。



ワシも歯を
大切にしておるぞ。