

令和4年2月2日

# ほけんだより

玉村町立芝根小学校

## 感染症に気を付けていきましょう!

オミクロン株等の流行により、新型コロナウイルスの感染が広がってきています。引き続き、感染予防対策にご協力をお願いします。

朝の検温で発熱がなくても、のどの痛みがあったり、せきが出たりする時、また、前日に発熱して解熱した時でも無理をして登校しないで、医療機関へ受診をお願いします。同居のご家族に発熱等のかぜ症状がみられる場合も登校を控えてください。

### 1. 手洗い

次のようなときには、しっかり手洗いをしましょう。

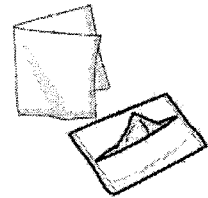
- 外から教室に入るとき
- せきやくしゃみ、鼻をかんだとき
- 給食の前後
- 掃除の後
- トイレの後
- 共有のものをさわったとき



手を洗ったら、きれいなハンカチで手を拭きましょう。

保健委員会では、1月24日～2月21日まで、毎週月曜日にハンカチ・ティッシュ調べをしています。今までに2回検査をしています。全校で90%以上の人が忘れずに持ってきていて、すばらしいです。

ハンカチは毎日洗濯して、必要な時にすぐ使えるよう、身に付けておきましょう。



### 2. 換気（空気をいれかえる）

密閉された部屋の中は、ウイルスが増えやすいです。空気が流れるように、窓を開けましょう。室内では、対角線上の2方向の窓を開けると空気が流れやすいです。寒くて換気するのも大変な時期ですが、意識して空気を入れかえましょう。

### 3. マスクの着用

マスクをつけて、咳やつばをとばさないようにすることが大切です。布マスクよりも不織布マスクの方が感染予防効果が高いと言われていいますので、不織布マスクをおすすめします。

マスクのつけ方にも注意が必要です。鼻を出してはマスクをつけていても意味がありません。マスクは顔の大きさにあったものを使い、鼻と口をおおうようにしましょう。

### 4. 黙食（だまって食べる）

食事の時にはマスクを外すので、感染が拡がることが多いと言われています。おしゃべりはせずに、だまって食べましょう。

## 予防接種の受け忘れはありませんか？

忙しい毎日ですが、時々母子手帳を見て、予防接種の受け忘れがないかどうかチェックしてみましょう。定期接種で受け忘れていたものがありましたら、体調のよい時に医療機関で接種しましょう。

予約が必要な医療機関、接種日時が決まっている医療機関がありますので、かかりつけの医療機関に確認してからお出かけ下さい。

ジフテリア・破傷風は6年生、日本脳炎は4年生が定期接種の該当となっています。国で定められた時期を過ぎると、予防接種が無料ではなくなってしまうし、接種して副反応が出た際に、国の保障を受けることができません。

予防接種について詳しくお知りになりたい方は、主治医または保健センター（64-7706）までお問い合わせください。



## 受診へのご協力、ありがとうございます

保護者の皆様のご協力のおかげで、ほとんどのお子さんは定期健康診断で指摘された疾病の受診が済んでいます。

まだ受診が済んでいないお子さんが約20%います。

都合をつけて、早めに受診をお願いします。

### むし歯を放っておくと・・・

むし歯は、最初は軽い痛みを感じても少したつと痛みはなくなり、また忘れたころに痛くなるということを繰り返しながらだんだん進行していきます。

早めに歯医者さんにみてもらえば、複雑な治療の必要もなく、通院の回数も少なく短時間の治療で終了します。

でも、放置したむし歯は複雑な治療が必要になり、通院の回数も増えます。大切な歯を失ってしまったり、神経が腐って、細菌が血管に入って全身に回って、命に関わるような重大な病気を引き起こしたりすることもあります。

むし歯はできるだけ早く治療することが大切です。すぐに歯医者さんに診ていただきましょう！

