

ほけんだよい



令和3年11月8日
美九里東小保健室

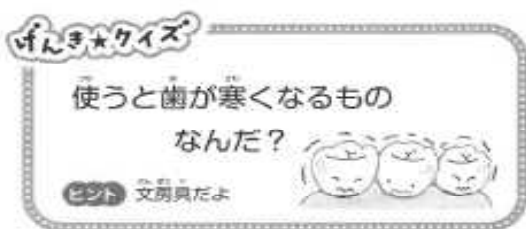
11月6日より警戒度が1に下がりました。6年生は11月9日10日、日光方面に修学旅行に行ってきます。今までできなかったことが、予防をしながらできるようになってきました。そこで今まで中止していた給食後の歯みがきを11月15日(月)から、はじめようと思います。

感染予防に気をつけながら歯みがきをしよう！

- 口はできるだけとし、歯ブラシは静かに小さく動かしましょう。
- 前歯の裏側をみがく時は、もう一方の手でおおきましょう。
- 歯みがきをしながら話や動いたりしない。
- 口をゆすぐ時は、1回のみ、10mlくらいの少ない水でぶくぶくうがいをして頭を赤い腺より下にして、ゆっくりはきだしましょう。
- 歯ブラシはのこったコップの水でゆすぎます。歯ブラシを水道でしごかないでください。



* 歯ブラシは毎日ランチセットに入れて、持ち帰ります。家できれいにあらってください。コップは月曜日に持ってきて、金曜日に持ち帰ります。家できれいにあらってください。歯ブラシの毛が開いたら、新しい物にかえましょう。1ヶ月に1本がめやすです。



こたえ
ハサミ
(歯がさみー)

クイズ

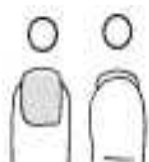
わたしはだれでしょう？

わたしは1日約0.1ミリ成長します。でもしばらくすると、切られる運命です。それなら最初からなくてもいいのに・・・いえいえ、私がなくなると物がうまくつかめません。

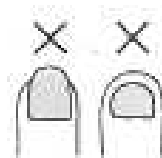
こたえ：つめです。

わたしがのびすぎると、ケガのもとです。2週間に1回ぐらいで、切ってください。

せいかいの切り方
両角を少しのこしておきましょう。
手のひら側からみて、つめがはみださないくらい。



×な切り方
両角を切り落としたり、
深爪にすると炎症や痛みの原因になります。



保護者の方へ・・・インフルエンザの書類について

群馬県では昨年度と同様にインフルエンザになってしまった場合、治癒証明にかえて、保護者の方が療養報告書を記入し、学校へ提出してください。

〈インフルエンザの出席停止期間の基準〉

「発症した後5日を経過し、

かつ、解熱した後2日(幼児にあっては3日)を経過するまで」 です。

*ただし、医師の診断により5日を経過せず登校が可能となった場合は、治癒証明書の提出が必要となります。

インフルエンザと診断された際の対応・手順

- ①受診時、医師に発症日・登校可能予定日を確認してください。
- ②速やかに学校に報告してください。
- ③「インフルエンザにおける療養報告書」に医療機関名、診断日、型、発症日を記録してください。
- ④検温を定期的に行い、解熱した日を確認し、記録してください。
- ⑤回復し、出席停止期間の基準を満たしたら「インフルエンザにおける療養報告書」に未記入部分を記録し押印し、登校時学校に提出してください。

*「発症した後5日」とは発症した日（発熱等症状が出た日）を0日とし、翌日を1日目として、その日から数えて5日を経過した日となります。

*「解熱した後2日(幼児にあっては3日)」とは解熱した日を0日とし、翌日を1日目として、その日から数えて2日(幼児にあっては3日)を経過した日となります。

出席停止期間のめやす表

発症後日数		0 (発症日)	1	2	3	4	5	6	7	8日目				
例1	発症から1日目に解熱した場合	発熱	解熱					登校可能						
例2	発症から2日目に解熱した場合	発熱		解熱										
例3	発症から3日目に解熱した場合	発熱			解熱									
例4	発症から4日目に解熱した場合	発熱				解熱								
例5	発症から5日目に解熱した場合	発熱					解熱							

※「発症した後5日」、「解熱した後2日(幼児にあっては3日)」のどちらか一方のみの基準を満たした状態では登校再開とはなりません。登校再開には、両方の基準を満たす必要があります。

美九里東小学校のホームページから学校への提出書類(治癒証明書等)をクリックしていただく

- ・インフルエンザによる出席停止の通知書(インフルエンザにおける療養報告書)
- ・治癒証明書

をダウンロードしていただくことができます。

ご使用時はお子様の学年、クラス、氏名をご記入ください。