



へいせい ねん がつ いつが せんだいしりつなかのさかえしょうがっこう
 平成 26年12月 5日 仙台市立中野栄小学校

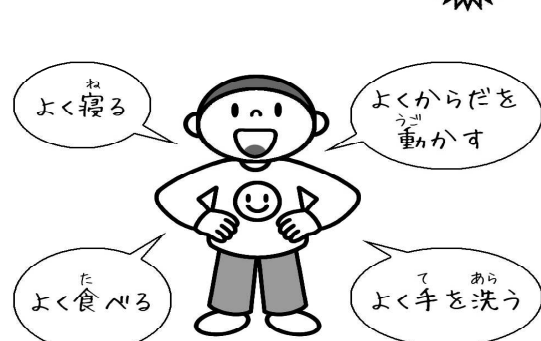
12月に入り、朝晩を中心に冷え込んできました。山沿いでは、たくさん雪がつもりました。仙台市内の小中学校では、インフルエンザ流行による学級閉鎖をしている学校が何校かあります。また、学校の近くの診療所でも、インフルエンザと診断される人が増えてきました。

かぜ・インフルエンザのウイルスは...

① こんなことが大スキ



② こんな子が大キライ



この季節は、ノロウイルスをはじめとする感染性胃腸炎もはやる時期です。トイレや食事前には、よく手を洗いましょう。インフルエンザをはじめ、冬の感染症にかかることのないように、衣服を調節したり、しっかり食事をとり、十分な睡眠や運動を心がけてすごしましょう。

インフルエンザ

インフルエンザウイルスは、のどについてから20分ぐらいで細胞に入りこみ、増え始めます。そのため、急に全身に強い症状が起こります。

突然高熱がでる。全身が痛い(関節痛・筋肉痛)
頭が痛い。起きてられないほど体がだるい

などの症状がでたら、インフルエンザかもしれません。病院で診察を受けてください。

インフルエンザと診断されたら、登校や外出はやめましょう。早めに学校へ連絡をお願いします。

出席停止期間

「法律」で定められています。

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

症状が出た日を0日目とします。

↓
 1日目・2日目・3日目・4日目→6日目登校OK

なおかつ熱が下がってから2日以上たたなければいけません。

「よい歯でしよう」 444人の人へ

むし歯のない人となおした人に今年も「よい歯でしよう」を発行しました。じょうぶできれいな歯をこれからも大切にしてください。

これからむし歯を治した人にも発行します。治療がすんだら教えてください。

冬休み 歯みがき がんばりカード

冬休みは、イベントが多く、生活が不規則になりがちです。3回の歯みがきで規則正しい生活にリズムをつけましょう。今年も冬休み前にお渡しします。冬休みも毎日ていねいに歯をみがきましょう。

児童保健委員会の「よい歯のカルタ」大会

みなさんから募集した「よい歯の標語」から、「よい歯のカルタ」ができました。年明けの1月13日から16日の休み時間に音楽室で行う予定です。参加を希望する人は、保健委員会からのおたよりをみて申し込んでください。

7つの ちがいをさがそう！

右と左の絵のちがいをさがそう。答えは保健室前にはっておきます。

