

たんぽぽ

令和2年1月24日

No. 9

三本木小学校 保健室



2020 インフルエンザ、引き続き予防チュウ~

11月最終週から12月にかけて、一気に増加したインフルエンザ。大流行が心配されましたが、徐々に落ち着き、閉鎖の措置をとらずに2学期を終えることができました。3学期も徐々に増えていますが、全校で予防に努めて乗り切りましょう！十和田市内の小中学校は少し落ち着いてきましたが、上北地域には、インフルエンザ警報が出されています。本校の1月24日9時現在の状況は以下の通りです。3学期も引き続き、**石けん手洗い・うがい・換気・湿度・咳エチケット（マスク）**など全校で予防対策を続けていきますのでご協力をお願いします。

	1学年	2学年	3学年	4学年	5学年	6学年	計(人)
インフルエンザ	3	1	3	1	0	0	8
内科	出席	5	4	3	2	1	16
	欠席	1	0	0	0	0	1
計(人)	9	5	6	3	1	2	26

上北ではインフルエンザA、B両方出ています。溶連菌感染症も出ています。

お知らせ

学校給食の食物アレルギー対応を新規に希望される方はお知らせください。給食センターでは、アレルギー表示献立表・献立配合表による情報提供を行っています。希望される方は、1月31日（金）までにお申し出ください。必要書類をお渡しします。

冬休み

はみがきカレンダー&生活リズムしらべ



ご協力ありがとうございました



2学期は、全学級で1時間ずつ、ブランクテスターを使って歯みがき指導を行いました。学年に応じて少しずつ内容や染め出しの箇所を変化させています。冬休みは「親子ではみがきチェックシート」の宿題もありましたが、お子さんのみがき方はどうでしたか？おうちの方からは「歯をていねいにみがかなければダメだと気づきましたね。1本1本ていねいにみがこうね！」「電動歯ブラシでもみがき残しがあるのだとわかりました。気づけてよかったです。」「みがき残しがけっこうあってビックリしました！しあげみがきをしてあげようと思います。」「一緒にはみがきできて楽しかったね。」「歯医者にいったら歯を治してきたので、毎日しっかりみがいてね。」などのコメントをいただきました。

現在までの**歯科受診率は68.3%**です。まだ受診が済んでいないご家庭は、ぜひ今年度中の受診をお願いいたします。



~全校で予防するために~

☆ 登校前の「健康観察」をお願いします！

「あやしい」と思ったときはまず検温をお願いします。いつもより体温が高い場合は、大事をとって、登校を控えてください。体温があまり高なくてもインフルエンザと診断された例があります。体温にかかわらず、朝の時点で体調が悪い場合は、おうちで様子をみてください。

☆ 全校マスク中です。毎日マスクをお願いします。

流行が落ち着くまで、しばらく続きます。

☆ 人混みへの外出を控える

どうしても出かけなければならないときは、マスクを着用しましょう。



保護者の方へ ~インフルエンザにかかったら~

お子さんがインフルエンザと診断された場合、「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで」出席停止となります（学校保健安全法および同施行規則による）。医師の指示に従い、他のご家族への感染拡大にも注意しつつ、ご自宅で快復に努めていただければと思います。

- いつでも横になれる環境で静かに過ごす
- すぐに水分がとれるように飲み物を用意しておく
- 食事はいつもどおりに。難しい場合は水分だけでも補給



また、意味のわからない言動やろれつが回らなくなることがあり、発熱後の48時間はとくに注意深く見守る必要があります。その他、息苦しい、けいれん、意識がおかしいなどの症状がみられる場合は、すぐ医療機関にかかりましょう。