

ほけんだより

11月

令和5年11月2日(木)
日光市立猪倉小学校
保健室

11月に入り2学期も折り返しに入りました。気温もグッと下がり、インフルエンザやコロナウイルス、ノロウイルスなど、たくさんの感染症が流行る時期になりました。手洗いうがいなどの感染症対策に、いつもよりも心がけていきましょう！

11月8日はいい歯の日！

「1(い)1(い)8(は)」の語呂合わせから
11月8日はいい歯の日と呼ばれるようになりました。
おじいちゃんおばあちゃんになっても健康な歯でいるために、
今のうちから気をつけていきましょう。

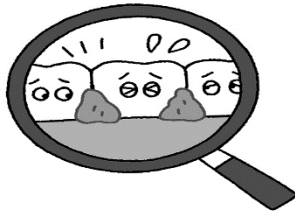
むし歯になりやすい生活チェック！



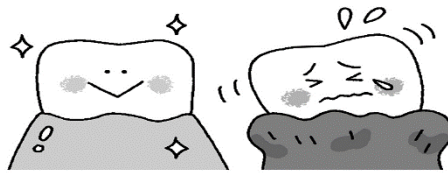
あてはまる人は要注意！

- おやつをたくさん食べる
- 清涼飲料水を1日に2本以上飲む
- 食べ物を噛む回数が少ない
(30回以下)
- 1日の歯みがきの回数が2回以下

歯肉炎予防！きれいで健康的な歯肉をキープ



歯肉炎の原因は、歯と歯肉の境目にたまった歯垢



健康な歯肉は薄いピンクで引き締まっている。歯肉炎の歯肉は赤く腫れてブヨブヨ



丁寧なブラッシングを続けることで改善できる

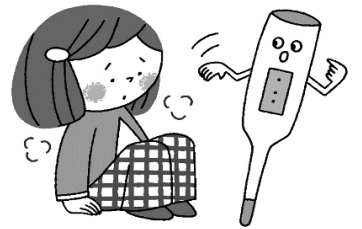
2枚の絵を見比べて7つのちがいを探してみよう！

※答えは保健室の廊下に



～保護者のみなさまへ～

今年はインフルエンザ流行期入りか、例年になく早いといわれています。
引き続き手洗いうがい等の感染症対策をよろしくお願いいたします。



インフルエンザ予防接種費用一部助成について

インフルエンザワクチン接種を希望される1歳から小学6年生のお子様は、インフルエンザ予防接種費用の一部が日光市より助成されます。詳しくは、9月22日17:00にマチコミで配信させていただきました【「小児インフルエンザ予防接種費用一部助成」の送付について】をご覧ください。

インフルエンザによる出席停止について

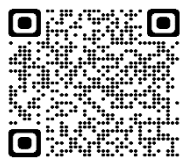
インフルエンザに罹患した場合の出席停止期間は、「発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで」と規定されております。下記の表をご参考になさってください。

また再登校の際には、出席停止期間を満たしているか確認するために、コロナウイルス罹患時と同様、保護者記入の「登園・登校届」の提出が必要となります。再登校日（お医者さんが登校可能だと判断した日）に、児童に「登園・登校届」をお渡しさせていただきますので、ご家庭でご記入いただき学校へ提出をしてください。ご協力をお願いいたします。

※「登園・登校届」は日光市ホームページや猪倉小学校ホームページからもダウンロードできます。

日光市ホームページ →

<https://www.city.nikko.lg.jp/gakkou/shussekiteishi.html>



猪倉小学校ホームページ →

https://www.nikko.ed.jp/inokura/index.php?page_id=0



例	発症日	発症後							
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後 1日目に解熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目			登校可能		
出席停止									
発症後 2日目に解熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目		登校可能		
出席停止									
発症後 3日目に解熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能		
出席停止									
発症後 4日目に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能	
出席停止									
発症後 5日目に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能
出席停止									