

# げんきだよ！



## 12月 かぜやインフルエンザを予防しよう！

R4.12.1  
味真野小学校  
ほげんだより



今年も残すところあと少しとなりました。冬の寒さも厳しくなり、せきや鼻水などの風邪症状の子が増えてきました。これから、冬休み・クリスマス・お正月もあって楽しみやワクワクなことが続きますね。そんな1年の終わりを元気いっぱい過ごすように、石けんでの手洗い・正しくマスクをつけるなどの感染症対策と早寝早起き・朝ご飯などの規則正しい生活を心がけましょう。

### お家の方へ



#### 〇すくすくデーについて

今月は、「お家で体重測定」です。12月2日(金)に健康の記録を持ち帰りますので、お家で体重を測り、記入してください。また、2学期の学校での身体測定の記録や2回目の視力検査の結果を確認していただき、2学期の保護者印欄に押印をして学校におもどし下さい。

#### 〇視力検査の結果 配布

2回目の視力測定を行いました。「B 以下」の場合、結果のお知らせを本日配布しました。結果を確認していただき、受診されることをお勧めします。

#### 〇「歯科」健康診断の結果 配布

1・4年生は、2回目の歯科健診を行いました。結果は、全員に先日配布しました。結果を確認していただき、受診や検査の必要がある場合は、受診されることをお勧めします。学校の健康診断は、スクリーニングですので、受診の結果「異常なし」となる場合もありますが、ご了承ください。

#### 〇感染症について

県内の新型コロナウイルス感染者は再び増加しており、インフルエンザの感染も確認されています。引き続き、朝の検温・体調確認をお願いします。発熱や倦怠感、喉の違和感などの風邪症状があり、普段と体調が異なる場合には、自宅で休養してください。また、お子様や同居家族が感染者・濃厚接触者となった場合や検査を受けることになった場合は、速やかに学校にご連絡ください。(☎27-1323) 夜間や土日は、代表メールにご連絡ください。

さむ  
寒くても  
つづけよう！

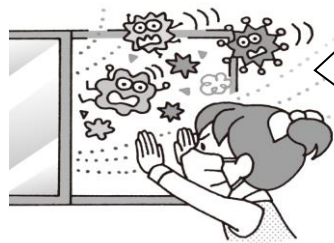
て あ ら い か ん き

「水が冷たいから、手はあらわなくてもいいや〜」「寒いから、まどは開けない〜」となっている子はいませんか？新型コロナウイルスはもちろん、寒くなってくるといろいろな感染症が流行ってきます。これからも、家でも学校でも感染症予防を続けていきましょう！

せっ  
石けんで 30秒かけて  
こまめにあらおう！

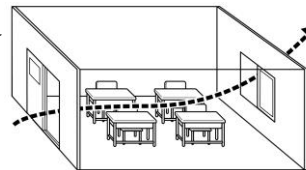


あ  
あらった後は、きれいな  
ハンカチでふく！  
まいにち  
毎日、持って来ていますか？



エアコンやストーブを  
つか  
使っていて、まどが閉  
まったままになってい  
ませんか？

たいかくせんじょう  
対角線上のまどを  
あ  
開けると効果的！



ねんせい  
1・4年生

し か けんこうしんだん  
「**歯科**」健康診断がありました！



しょうがくせい しにくえん ちゅうい  
**小学生も歯肉炎に注意！**

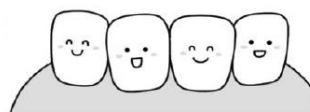
しにくえん しにく は びょうき  
歯肉炎は、歯肉(歯ぐき)の病気です！

	1年生	4年生
むし歯ゼロの人	29人	15人
むし歯治療済みの人	7人	11人
むし歯になりかけの人	3人	9人
むし歯がある人	3人	5人
歯こうがついていた人	3人	18人
歯肉の病気の人	1人	7人

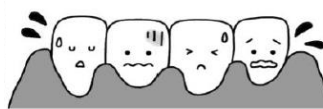
がっこうし か い  
～学校歯科医さんのコメント～

歯こうがついたままの子が多く、特に4年生で多かったです。歯の生え変わりの時期なので、むし歯の子は少なかったですが、歯こうをそのままにしておくと、むし歯や歯肉炎につながるため、注意が必要です。

けんこう しにく  
**健康な歯肉**



しにくえん  
**歯肉炎**



歯肉炎は、大人がなるものと思われがちですが、子どももなります。健康な歯ぐきは、ピンク色で、ひきしまっていて、出血はみられません。歯肉炎の歯ぐきは、赤色で、ブヨブヨ腫れていて、出血もみられます。歯肉炎を予防する方法は、はみがきで歯こうを落とすことです。歯こうは、細菌のかたまりです。歯こうを落とすことは、むし歯予防にもつながります。みなさん、毎日、朝・夜、ていねいに歯をみがけていますか？