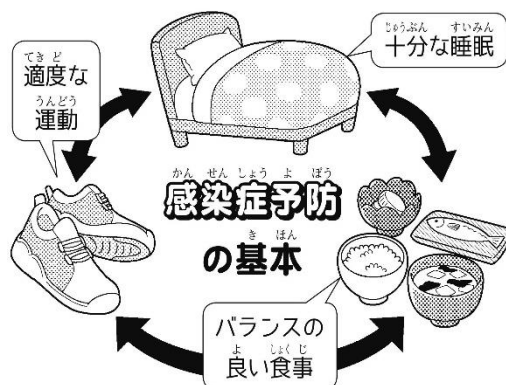


朝晩の冷え込みを感じる日が多くなってきました。この時期は感染症の流行期でもあります。「脱ぎ着しやすい服装で気温に合わせて調節する」「十分な栄養と睡眠で体調を整える」「適度な運動で強い体をつくる」ことで、杉の子がこの時期を元気に乗り越えられることを願います。



注意 マイコプラズマ肺炎が流行しています

全国的にマイコプラズマ肺炎が流行しており、10月には本校でもマイコプラズマ肺炎の発症がありました。以下のような症状が出たら、早めに医療機関を受診されることをお勧めします。

マイコプラズマ肺炎の主な症状

発熱・倦怠感（だるさ）・頭痛・咳

※咳は少し遅れて始まることもある。また、咳は熱が下がった後も長期にわたって（3～4週間）続くのが特徴。



今後も流行の継続が予想されますので、以下のことに留意してお過ごしてください。

- ・下校後の流水と石けんによる手洗いの励行。
- ・せきの症状がある場合のマスクを着用。
- ・感染した場合に、家族間でタオルの共用は避ける。



保健室からのお願い

様々な病気やけがで医療機関を受診され、日中もお薬（トローチ等も含む）を服用する必要のある場合は、連絡帳や電話等で学校にお知らせの上、お子さんに持たせてください。

また、けがの手当については、基本的に学校以外でのけがや、継続的な手当ではできませんので、御了承ください。継続した手当が必要な場合は、お子さんにあった湿布や絆創膏等を持たせてください。持参した物品で、保健室にて処置することは可能です。お困りのこと、不明な点があれば保健室までご相談ください。





11月の保健行事

- 12日(火) 薬物乱用防止教室：6年生
- 18日(月) 歯科検診：全校児童
- 20日(水) 心臓検診：1年生
- 22日(金) 学校保健委員会：全校児童・保護者
- 25日(月) 救命入門講習：5・6年生

22日(金)の学校保健委員会は 3限 10:30~11:15 開催です!

学校歯科医の吉田歯科医院 院長 吉田 尚史先生 を講師に「歯と口の健康」についてご講演いただきます。是非、保護者の皆様もご参加ください。たくさんのご参加をお待ちしております!

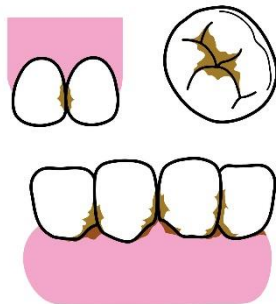


11月8日は「いい歯の日」

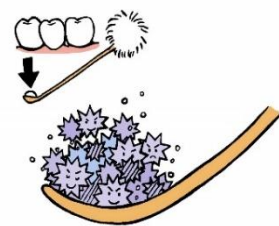


むし歯や歯周病の話を掲載します。ふりがなも付けましたので、是非お子さんと一緒にご覧になり、ご家庭で「歯や口の健康」についてお話してみてください。

数日間、歯みがきをしないでいると、歯と歯肉の境目に歯垢(白色のネバネバしたもの)が溜ってきます。



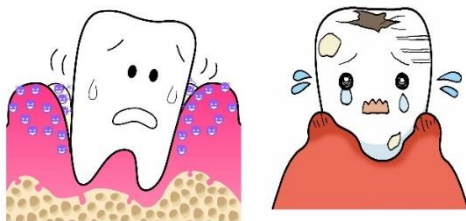
歯垢 1gの中には数千億もの細菌がいて、食べカスをエサにして、どんどん細菌が繁殖します。



歯垢は細菌の住処

歯垢が溜まると...

歯肉炎や歯周病、むし歯になるよ。



歯垢は歯みがきをしないと取れないは歯の病気にならないために

