

ほけんだより



平成30年 11月 2日
第18号 豊松小学校

こころも体も元気いっぱい

11月に入り、朝晩はよく冷えて寒くなってきました。日中との温度差が大きく、体調を崩す人が多くなっています。伸びっこ発表会やロードレース大会が待っている11月。元気いっぱいに過ごすために健康管理に気を配りましょう。

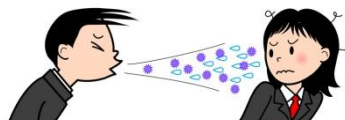
インフルエンザ予防



はや たいさく 早めのインフルエンザ対策を！

じゅうぶん けんこうかんり
～十分な健康管理をおこなってください～

- ◆ 症状・・・38℃を超える発熱、咳、鼻水、吐き気、嘔吐、倦怠感、関節痛など
- ◆ 潜伏期間・・・平均2日（1～4日）
- ◆ 合併症・・・肺炎、インフルエンザ脳症、中耳炎、心筋炎など
- ◆ 感染経路・・・飛沫感染、接触感染



～インフルエンザワクチンについて～

効果はワクチン接種の2週間後から約5カ月間とされています。また小児の場合はより確実な効果を出すために、1回目接種後、2～4週間の間隔を空けて2回目の接種が必要です。予防接種を受けようと考えている場合は、予約など早めの計画をよろしくお願いします。

また、予防接種によってインフルエンザにかかる可能性がゼロになるわけではありません。もしインフルエンザにかかった場合に重症化するのを防いだり、合併症にかかるリスクを減らしたりします。



インフルエンザかな？と思った場合や、インフルエンザと診断された場合は、学校への早めの連絡をお願いします。

11月8日は「いい歯の日」



『お口の川柳』入賞おめでとう！！



「はのばいきん ねてるあいだに ふえるんだ」

3年 平松 瑞希さん

夏休みの宿題でがんばった「お口の川柳」の審査がありました。豊松小学校では、3年生の平松瑞希さんの作品が、佳作に入賞しました。入賞者は1名でしたが、どの作品も、ひとりひとりの思いが詰まった素晴らしい作品でした。

※応募者全員に参加賞があります。後日持って帰ります。

むし歯のちりょうは済んでいますか？

現在のちりょう率 33%



4月に歯科検診を行ってから、半年が経ちました。むし歯があった人にはちりょうの通知を出しましたが、11月現在のちりょう率は33%となっています。また、むし歯がないと言われた人やむし歯のちりょうが終わった人も、その後むし歯になっていることもあります。むし歯がある場合はちりょうをしてもらい、むし歯がない場合も定期的に歯医者さんに行き、歯のチェックやクリーニングをしてもらうと良いと思います。

動物もむし歯になるの？

ヒトは歯みがきをしないとむし歯になってしまうよね。では、動物はどうなのかな？ ペットの犬のコロは？ 野生のライオンはむし歯になるの？

ペットのコロ

むし歯には、ほとんどならないんだ。むし歯になるほどたくさんの砂糖をめったにとらないからだよ。でも、ヒトみたいに甘いものをたくさん食べると、むし歯になるかもなあ。



野生のライオン

むし歯にならないよ！ 僕たちが食べる「肉」には砂糖が含まれないし、口の中にむし歯菌がないんだ。



むし歯になる動物と、ならない動物の違いがわかったかな？ それは…「砂糖」。砂糖は、むし歯菌のおやつになるんだ。甘いおかしはほどほどにしようね。

