



保健だより

香川県立聾学校 保健室



新年あけましておめでとうございます。

2016年、「さる年」がスタートしました。かぜ・インフルエンザなどが流行する時期ですが、始業式にみなさんの元気な顔を見ることができて、まずはホッとひと安心です。

「さる年」は動物の猿だけでなく『悪いことがさる』などの意味もあるそうです。毎日の生活の中で、病気やケガなどが『さる』ように気をつけながら今年1年元気に過ごしたいですね。

今年もよろしくお祈いします。

こうない は たいかい 校内歯みがき大会をおこないました！

12月16日(水)に第3回校内歯みがき大会をおこないました。高等部生徒と教職員によるむし歯予防の劇の後、「カムカムチェックガムブース」「うで相撲ブース」「クイズブース」「生活習慣チェックブース」「染め出しブース」の5つのブースを上級生と下級生がペアになって回りました。

今年度も、学校歯科医の木田先生と香川県歯科医療専門学校(しかりょうせんもんがっこう)の学生さんがゲストとしてきてくださり、楽しく「歯・口の健康づくり」について学ぶことができました。



【感想】

- カムカムチェックガムでは、たくさん噛んだけれど思ったより噛めていないことがわかった。
- うで相撲が楽しかった。スポーツにも歯が大切だなと思った。
- ジバニャン(劇)がおもしろかった。
- 楽しかった。ほくもジバニャンのように適当にみがいていたので、これからはていねいにみがきます。

しんぱい そろそろ心配・・・インフルエンザ

インフルエンザ等の感染症が心配な時期になりました。本校では、本格的な流行はまだですが、インフルエンザは感染力が強いため、あっという間に感染が広がる可能性があります。

インフルエンザと診断された場合は、すみやかに学校にご連絡ください（インフルエンザは出席停止扱いの感染症です）。

インフルエンザの出席停止期間

「発症後5日を経過し、かつ、解熱後2日（幼児は3日）を経過するまで」

◎出席停止期間早見表

	発症日 (0日目)	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目	発症後 8日目
発症後1日目に解熱した場合	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	発症後4日目	発症後5日目	登校可能		
発症後2日目に解熱した場合	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	発症後5日目	登校可能		
発症後3日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校可能		
発症後4日目に解熱した場合	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	
発症後5日目に解熱した場合	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

*発症日は0日目として数えます。発症後1～3日目に解熱しても、登校可能なのは6日目からです。

よぼう 予防には

てあら ますく ぷらす じゅうぶん えいよう すいみん
手洗い・マスク + 十分な栄養・睡眠

☆ **手洗い**：食事の前、トイレのあと、体育のあと、外から帰ったとき、鼻をかんだあと等、

せっけんをつかっていねいに手を洗いましょう。

☆ **マスク**：せきやくしゃみが出ている人はマスクをつけましょう。（マスクは感染予防にも効果的です。）

☆ **鼻をかんだ後のティッシュ**はふた付のゴミ箱に捨てましょう。

（鼻をかんだ後のティッシュはウイルスがいっぱいです。）

☆ **インフルエンザ流行中**は、人混みへの外出を控えましょう。



まめに

あさ けんこうかんさつ ねが
朝の健康観察もよろしくお願ひします。

(ご家庭で検温をおこない、発熱、咳等、体調が悪いときは無理をせず、ご家庭でゆっくり療養してください。)

こうない は たいかい 校内歯みがき大会をおこないました！

12月17日(水)に第3回校内歯みがき大会をおこないました。
今年度は、学校歯科医の木田先生と香川県歯科医療専門学校の
学生さんをゲストにお招きして、教職員によるむし歯予防の劇
や妖怪ウォッチの曲に合わせた歯みがき手順DVD(幼児児童
生徒と教職員が出演！)等で幼稚部、小学部、中学部、高等部が
一緒に楽しく「歯と口の健康づくり」について学習しました。
上級生が下級生に優しく教えている姿が印象的でした。



歯科医療専門学校の学生さんからは「歯ブラシの毛先が開いて
いる人がいました。毛先が開いているとせっかく上手にみがいて
もきちんと汚れを落とすことができません。歯ブラシは定期的に
取りかえましょう。歯ブラシはヘッドが小さめのものがおすすめ
です。」というアドバイスをいただきました。

