



12月の保健目標 寒さに負けない体を作りましょう

# ほけんだより

保護者の皆様へ お子様と一緒に読んでください。

令和6年12月2日  
江戸川区立南葛西第三小学校  
校長 佐久間 貴広  
養護教諭 田中 萌実

気温が低くなり、本格的な冬となりました。冷えから腹痛を訴えて来室する子供が多くいます。持久走に向けて走る活動もあり、服装選びが難しい時期ですが、調整しやすい服装で登校させていただけると、子供たちも過ごしやすくなります。引き続き御協力をお願いします。

## 感染症の流行状況について

11月も様々な感染症の報告がありました。区内ではインフルエンザによる閉鎖をしている学校もあります。引き続き、朝の健康観察や感染症対策をお願いします。

本校での感染症報告人数（11月1日～29日）

伝染性紅斑（りんご病）	7名
水ぼうそう	5名
手足口病	3名
マイコプラズマ感染症	3名



### ～伝染性紅斑（りんご病）が流行しています～

11月26日に tetoru でもお知らせをしましたが、都内でりんご病が流行しており、本校でも感染の報告が増えています。特に4年生以下の感染が多いです。

**症状** 両頬の赤い発疹、体や手・足の網目状の発疹、発熱、だるさなど

発疹が出現する7～10日前に、微熱や風邪のような症状がみられることが多く、この時期にウイルスの排出が最も多くなります。

**対策** 手洗い、咳エチケット、マスク着用が有効です。

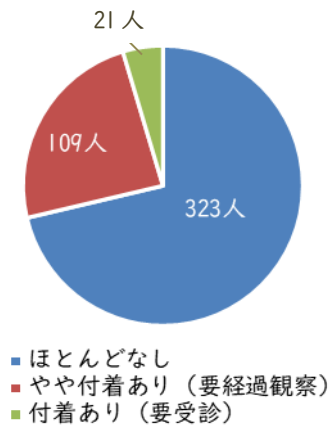
上記の人数には計上されていませんが、登校している児童の中にもりんご病が疑われる症状の児童が見受けられます。気になる症状があった場合は受診をしていただき、感染した場合は治癒証明書の御提出をお願いします。

# 歯みがき週間を実施しました

11月5日（火）～8日（金）を「歯みがき週間」とし、全校で給食後の歯みがきを実施しました。保護者の皆様、御協力いただきありがとうございます。

歯みがき週間は終了しておりますが、希望する御家庭は、歯みがき週間に限らず実施をすることができますので、是非歯ブラシを持たせてください。

5月歯科検診 本校児童の歯垢の状況



むし歯の原因となる歯垢は、うがいで落とすことができません。食後に歯みがきをし、歯垢を落とすことが大切です。

また、歯垢が多く付着した場合は歯科医院の受診が必要となります。

毎日の歯みがきと合わせて、定期的な受診をしていただき、お子さまの口腔内の健康を維持していただければと思います。

歯みがき週間の初日に、保健給食委員会の児童が各教室で正しい歯みがきの方法について説明をしました。



## 「やけどした！」覚えておいてほしいこと



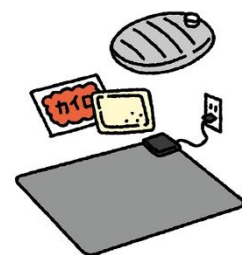
水道の水などですぐに冷やす。20分以上はつけておくとよい。



服の上からやけどをしたときは、無理に脱がずに着たまま冷やす。



やけどした場所に水ぶくれができたなら、つぶさずに病院を受診。



温かい温度でも同じ場所に長時間あてると低温やけどの危険。