

保健だより



令和4年11月8日
江戸川区立葛西中学校
保健室

秋がだいぶ深まってきました。これからは、冬に向かって寒さ対策が必要になりますね。
これからの季節、

インフルエンザと新型コロナウイルス、 同時多発攻撃への備えを！！

南半球のオーストラリアでは、今年5月6月に、インフルエンザが流行したそうです。新型コロナウイルスが、世界的に流行してからこのかた、他の感染症は流行が低く抑えられていたのですが（なぜなのかは、諸説あります）、今年は、インフルエンザの流行が久しぶりに心配されています。すでに、江戸川区でも他校では、インフルエンザの発生があったようです。同時に、新型コロナウイルスも、まだまだ流行が収まりません。

今シーズンは、新型コロナウイルスと、インフルエンザの両方に、十分な警戒をしてください。

流行り出す前に、今、出来ること！

新型コロナウイルスのワクチン接種については、「〇回目接種した」など、聞こえてきますが、インフルエンザワクチンについては、どうですか？

昨年、一昨年とインフルエンザが流行しなかったために、人々のインフルエンザウイルスへの免疫力が落ちているのでは？と、心配されてもいます。インフルエンザのワクチン接種も、検討してみてください。

もう、お済みですか？

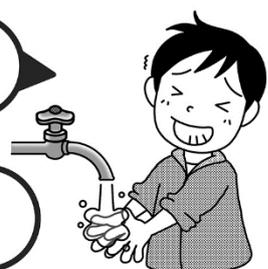


STOP コロナ・インフルエンザ



手洗い

換気



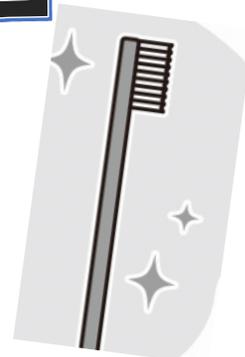
裏面も見てね↓

11月8日は、いい歯の日

9月に、1年生が、歯科保健指導を受けた時に、歯ブラシのプレゼントを、もらいました。

実は、2、3年生の分もあるんです。

11月8日、いい歯の日にちなんで、歯の健康を考える機会に、2、3年生にも、歯ブラシを1本ずつ配布します。



本当は毎食後歯みがきしたいけど、学校ではできなくて困っていた方へ → できます！

ただし、歯ブラシの衛生保持は自己管理で！

学校では、水飲み（手洗い）の場所が限られており、みんなが、清潔に安全に使うためには、使った場所を汚染させない配慮と工夫が必要です。

学校で歯磨きをする場合は、唾液やすすぎ水の飛沫が飛び散らないように、注意してください。

ウィズコロナ時代のエチケット

学校で歯をみがくときに注意したいこと



唾液の飛沫を飛ばさないよう口を閉じてみがく



口をすすぐ水が飛び散らないよう低い位置から吐き出す