



令和7年11月28日  
一宮町立東浪見小学校  
保健室

寒い日が続くようになりましたが、東浪見っ子は寒さに負けず、マラソン練習に一生懸命取り組んでいます。もうすぐ冬休みに入り、クリスマスや大晦日、お正月など、楽しいことが続く季節であると同時に、体調を崩しやすい時期でもあります。冬休み中も規則正しい生活を心がけ、元気に過ごしてほしいと思います。



## 治療を終えて新年を迎えましょう

11/26 現在までの治療済み報告書

12月の保護者面談日に、歯科検診後の治療報告書が未提出となっているご家庭に再治療勧告書を配付します。治療が終わりましたら、報告書の提出をお願いします。また、「受診時に治療勧告書を持って行き忘れてしまったが、受診・治療は済んでいる」という方がいましたら、お手数ですが連絡帳等でお知らせください。



歯科検診  
歯科全体受診率  
**50.0%**



## 歯科指導を行いました！



11月20日(木)に1・5年生を対象に歯科衛生士による歯科指導を行いました。自分の口腔チェックや正しい歯ブラシの選び方・磨き方・交換目安について、1年生は6歳臼歯、5年生は歯肉炎・歯周病の予防について学年に合わせた講話をしていただきました。また、染め出し液を使用して歯の汚れの確認をしました。赤く染まった部分を見て、子どもたちは驚いた様子で、自分の歯を観察していました。お子様がいつまでも自分の歯を保つことができるよう、ご家庭での仕上げ磨きや定期的な歯科医院受診等を続けていただけたらと思います。



## 服装についてのお願い



この時期の保健室には「お腹が痛いので湯たんぽをください。」や「寒い、寒い」と言って来室する児童が多く見られます。しかし、服装を見ると半ズボンや半袖といった薄着で過ごしている児童もいます。感染症予防のため、窓を開けている時間もありますので、温かい服装で登校してくださるようお願いします。



児童のみなさんも読んでみよう。

イラスト:雑誌『健』

# 冬に流行しやすい感染症

## インフルエンザ



### 特徴

通常の風邪と比べて、急激に強い症状が現れる。

### 潜伏期間

1～3日

### 症状

38度以上の高熱、頭痛、関節痛、咳、鼻水、倦怠感、悪寒 など

## ノロウイルス



### 特徴

感染力が非常に強く、感染者の排泄物やおう吐物などからも感染する。

### 潜伏期間

1～2日

### 症状

吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽度の発熱 など

## 新型コロナウイルス



### 特徴

風邪のような軽い症状から、強い発熱や呼吸器症状まで幅広い。

### 潜伏期間

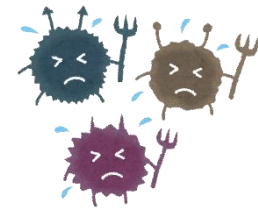
2～4日程度

### 症状

咳、のどの痛み、37.5度以上の発熱、倦怠感、味覚障害 など

体調が優れない人は、自分の体を早く治すことと周りの人に症状を広げないことを考えて早めに休み、病院で診てもらいましょう。

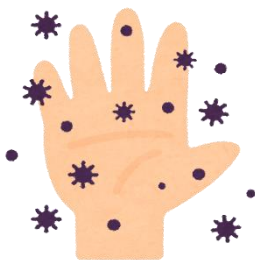
てあら  
手洗いをしましょう！



みなさんは、外から帰ってきた後やトイレに行った後、石けんを使って手を洗えていますか？

石けんでの手洗いは、様々な感染症を予防する上でとても重要です。水が冷たくなってきたので、手洗いがおろそかにならないようにしましょう。また、手を洗ったあとはハンカチで手を拭くことを忘れないようにしましょう。

みず せっ  
水と石けんでウイルスは減らせます！



てあら  
手洗いなし

ウイルスは約100万個



せっ びよう  
石けんで10秒

もみ洗い後流水で15秒



てあら ご  
手洗い後

ウイルスは数百個