

保健だより

平成25年12月号 練馬区立旭丘小学校

朝夕、寒くなりました。風邪予防にご協力いただき、ありがとうございます。
引き続き、うがい・手洗い・睡眠・栄養に取り組んでいただきますよう、よろしくお願
いします。風邪による欠席は今のところ数名です。インフルエンザや感染性胃腸炎（ノロウイルス
など）には、ぜひ気を付けてください。（感染性胃腸炎も出席停止です）

*感染性胃腸炎について

感染経路 : 感染した人の便や吐物に触れた手指を介してウイルスが口に入った場合
: 便や吐物が乾燥して塵となりその塵と一緒にウイルスを取り込んだ場合
: 感染した人が十分に手を洗わずに調理した食品を食べた場合
: ノロウイルスを内蔵に取り込んだカキやシジミなどの二枚貝を生などで食べた場合

予防方法 *手洗いを石けんと流水でていねいにする。
*便や吐物を処理する時は、使い捨てのマスク、手袋、エプロンを着用し、塩素系の漂白剤で消毒、換気し、処理後は石けんと流水で十分に手洗いをする。
*カキなどの二枚貝を調理する時は、中心部まで十分に加熱する

潜伏期間 △1～2日程度

治療 ▽脱水症状に気をつけて、早めに病院に受診しましょう。

*もしかしたら、インフルエンザかも！？ 早めに医師の診察を受けましょう



突然このような症状が起こったら、インフルエンザかもしれません。



12月保健行事とお知らせ

・5日(木)5年生歯科指導(RDテスト) 口の中の状態を調べる検査です。

・14日(土)午後1時30分～2時30分まで 学校保健委員会 会議室にて
講師は 歯科校医の沼口先生です。「子どもたちの歯の健康について」
参加者は保護者、教職員です。どうぞ、ご参加ください。

もうすぐ冬休みです！ 楽しく・元気に過ごしてください。