

保健だより

平成26年12月号 練馬区立旭丘小学校

朝夕、寒くなりました。インフルエンザが流行する季節です。予防のためうがい・手洗い・睡眠・栄養に取り組んでいただきますよう、よろしくお願いいたします。風邪による欠席は今のところ数名です。また感染性胃腸炎（ノロウイルスなど）にもぜひ、気を付けてください。（インフルエンザ・感染性胃腸炎は出席停止です）



感染性胃腸炎について

感染性胃腸炎とは、主にウイルスなどの微生物を原因とする胃腸炎の総称です。原因となるウイルスには「ノロウイルス」「ロタウイルス」「サポウイルス」「アデノウイルス」等があり、主な症状は腹痛・下痢・嘔吐、発熱です。

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。



12月保健行事

* 5日（金）5年生 歯科指導（RDテスト）

むし歯になりやすいか口の中の状態を調べる検査です。カムカムチェックも実施します。

保健室から

・むし歯の治療がおわりましたら、必ず受診報告書を提出ください。よろしくお願いいたします。

・月末に学校の歯ブラシを持ち帰りますので、1月には新しい歯ブラシを持たせてください。

・昨年から比べて、大きな怪我は減っています。学校外でもけがに気を付けてください。もうすぐ冬休みです。楽しく元気に過ごしてください。

