

ほけんだより

うら面もあります

児童数

平成27年11月30日
練馬区立豊玉第二小学校
校長 佐野 匡
養護教諭 白厩 英子

今週は、いよいよ学芸会本番です。どの学年も大道具・小道具の準備や劇の練習をがんばっています。本番に練習の成果がだせるよう、生活リズムに気をつけて、しっかり体調を整えましょう。



12月のほけん行事

8日(火) 歯みがき指導	コスモス	10日(木) 歯科検診	全学年
カリオスタット検査	5年	カリオスタット検査	5年

保護者の皆様

長引く咳に... ちょっと気をつけて

今年は、マイコプラズマ感染症の流行が見られるようです。前回流行時の同じ時期よりも多くなっているそうです。

豊二小でも咳をしている人が増えてきましたが、咳が長引くときは気をつけてください。

マイコプラズマ肺炎の特徴

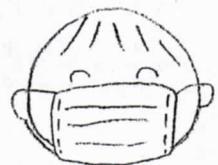
- 1 熱と長引く咳
- 2 たんをともしないかわいた咳 (明け方や就寝時に症状が強くなる)
- 3 他の肺炎は聴診器で聞くとわかりますが、マイコプラズマ肺炎は50%くらいしかわかりません。
- 4 レントゲンでは、はっきり写ります。
- 5 家族内感染することがあります。

マイコプラズマ肺炎は、潜伏期間は2~3週間で、最初のかぜ症状ではじまります。マイコプラズマ肺炎の診断には血液検査を実施してわかりますが、なかなかわからずに治療が遅れることもあるので、気をつけてください。また、マイコプラズマ肺炎は出席停止の感染症ですので、病院で診断されましたら学校にお知らせください。登校届をお渡ししますので、登校する時にお子さんに持たせてください。よろしく願いいたします。

予防には、「手洗い・うがい・マスクの着用！」です



外から帰ったとき
休みじかん



カゼ・インフルエンザ予防

うめらな
るかな？
どうして必要？

てあら
手洗い
どうして？



1 や から入ってくる前に
ウイルスをやっつけるため

ヒント カゼ・インフルエンザになっている人や、
ウイルスのついた物を手でさわると、さわった手にウイルスがつきます。その手で鼻や口などにさわると、ウイルスがからだの中に入ってきて病気がうつります。

マスク
どうして？



1 や から感染を減らすため

ヒント カゼをひいたりインフルエンザになっている人が、せきやくしゃみをする時、つばや鼻水といっしょにウイルスが飛び散ります。それを近くの人が吸い込むことで病気がうつります。

きそく
規則
正しい生活
どうして？



ま
ウイルスに負けない 力をつけるため

ヒント 教室でカゼがはやっている時も、全員がカゼをひくわけではなくて、ひきやすい人とひきにくい人がいますね。からだがウイルスに対する抵抗力をもっているかどうかで差がでるのです。栄養と睡眠を十分にとり、寒くても適度に外遊びをして、ウイルスに負けないパワーをつけましょう。

ちゃんと全部理由があります。ヒントを読んで、空いたところをうめてみよう！(全部ひらがなで書いてね)

きょうしつ
教室をぐるっと見渡してみよう

いくつ汚れが見つかる？ 床にゴミは落ちてない？ 机やいすはきれいに並んでいる？ 気がなったところをきれいにすると、気持ちがいいですよ。おうちの大家うじでも、同じように探してみてくださいね。

