

ほけんだより

貝塚市立東山小学校
 ＊保健室＊
 平成23年11月22日 NO.18

急に寒くない、冬の気配が近づいてきました。校内音楽会もおわって、学校の中に音楽がなくなって少しずかになりました。しかし、次は12月にあるドッキホール大会に向けて、運動場かにぎわってきています。寒さに負けず、外で元気に遊んで、元気にすごしましょう♪



～最近の東山小の児童の様子～

＜欠席状況＞

校内の欠席は毎日5名以内で、熱や腹痛などの理由でお休みしている子どもたちが多くいます。熱が続いて、長くお休みする子どもも居れば、1～2日で元気になって登校する子どもたちもいます。

＜流行している感染症等について＞

10月下旬～はマイコプラズマ肺炎が府内でも多く発生し、校内でもお休みする子どもも見られましたが、今のところ少しづつ流行が落ち着いているようです。校内でインフルエンザでの欠席は、見られていませんが、南河内の方では、少しインフルエンザの発症が見られているようです。



これから寒くなるにつれて、風邪やインフルエンザ、ノロウイルスなどが流行する季節になります。手あらいうがい・咳エチケットで風邪などをひろげないように、かからないようにご協力よろしくお願ひします。

★これから流行する感染症★

インフルエンザ

- インフルエンザウイルスによって起る、肺と気道の感染症。
- 1～3日の潜伏後、熱が40℃近くまで急激にあがる。

＜症状＞

鼻水、のどの痛み、咳、豆粒痛、関節痛 etc...

＜予防＞

予防接種、食事や睡眠をしっかりと抵抗力をたかめる。

RSウイルス感染症

- RSウイルスの感染によって起る呼吸器の感染症。
 - 咳や喘鳴(ゼーゼーという呼吸音)が特徴。
 - 冬～初春にかけて流行する。
- 11月～1月頃が毎年流行のピークになる。

＜予防法＞

手あらい・マスクの着用

感染性胃腸炎

- ウイルスによって感染するものと細菌による感染の100%がある。
- ロ吐き気、嘔吐、下痢、腹痛などの消化器症状が急におこる。発熱も伴うことがある。
- 初冬～初春に流行し、12月頃にピークをむかえる。

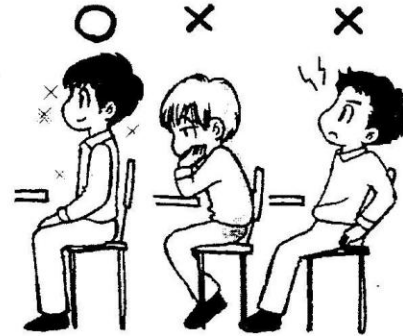
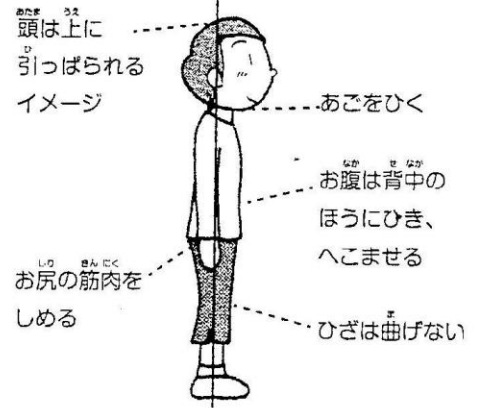
＜予防法＞

手あらい・食中毒の予防法を参照。

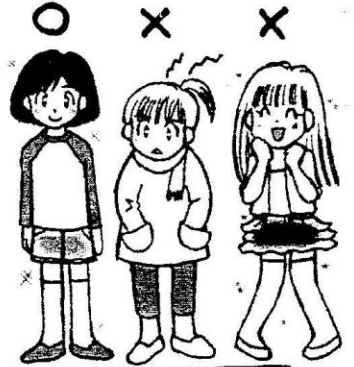
～11月のほけんもくひょう～
 ただ しせい せいかつ
 正しい姿勢で生活しよう。

寒いと、寒くなると、ポケットに手をつこんで背中を丸めて歩いている子がふえています。寒いときこそ、しゃっきり正しい姿勢で寒さをふきとばそう!!

ただ しせい
 正しい姿勢はこれだ!!



すわっているとき



たっているとき

～第一回 学校保健委員会を開催しました～

今回は、内科校医でいずみ診療所の林先生にきて頂き、これから流行する感染症の予防の方法などをお話して頂きました。やはり、感染の予防には手洗い・うがいも大切ですが、咳などの症状が見られたときには、マスクをすることも一番大切だとおっしゃっていました。マスクの性能も新型インフルエンザ以降すごあがっているというお話もして下さいました。また、換気も予防には有効とのことでした。今回の委員会での交流を生かし、これからの季節の学校での感染予防に活用していきたいと思ひます。

学校保健委員会とは、東山小学校の子どもたちが生涯を通して、自ら健康で安全な生活を送ることができる「生きる力」を身につけるため、児童の健康の問題を学校医や外部の専門家などと共に考え、問題を解決する方法についてアイデアを出し合い、健康づくりを推進する組織です。

＜日本学校保健会HPより＞