

ほけんだより



令和5年11月
さいたま市立三室小学校

11月の保健目標
かぜに負けない体づくりをしよう

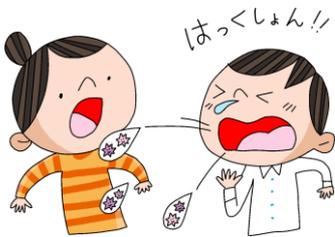
11月の保健行事

8日(水)	「いい歯の日」
9日(木)	歯みがきテスト配付
15日(水)	歯みがきテスト回収

秋が深まり、校庭の木々も色づき始め冬の気配が感じられるようになりました。この時期は朝夕の寒さに体が慣れていないため、体調を崩しやすい時期です。学校でも体調不良で早退となる児童や、発熱で欠席する児童が増えてきました。

感染症対策とともに、11月は歯みがきテストの取組も行います。御家庭での実施をお願いいたします。

<引き続き感染症予防に御協力ください。>



10月に本校でもインフルエンザ流行による学級閉鎖を実施し、他の学級でも感染症の流行がいつ起きてもおかしくない状況となっております。

発熱した場合や、咳、喉の痛み、吐き気などの症状がある場合は、必ず医師の診断を受けるとともに、無理して登校させることがないようにしてください。

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症等の感染症と診断された場合は、出席停止となりますので、期間を御確認ください。登校を再開する際には、「治癒証明書」を保護者の方に書いていただき、提出をお願いしております。ご承知おきください。



「治癒証明書」につきましては、事前に担任から受け取るか、三室小ホームページに様式をアップしてありますので御活用ください。

↓間違えやすい感染症の出席停止期間

新型コロナウイルス感染症	発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで
インフルエンザ	発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで
咽頭結膜熱（プール熱）	主要症状が消失した後2日を経過するまで

またまた心配が！インフルエンザ ☆ おうちの人による登校前の健康観察をよろしくお願いします

体温が平熱よりも
1℃高いときは
休養をおすすめします。

無理をして登校する場合は...
体育の見学届などの準備と
いつでも早退できるように
連絡先の確認を忘れずに!!

欠席・遅刻の連絡は朝のうちに。
症状をくわしく教えていただけると
助かります。

インフルエンザの場合
出席停止です

××欠席扱いにはなりません××

☆☆三室小の歯科保健の活動が表彰されました☆

①令和5年度さいたま市学校歯科保健コンクール 「優良校」→埼玉県中央審査会へ推薦

むし歯処置歯率、一人平均 DMF 歯数などの統計データに加え、三室小での歯科保健活動の取組が表彰され、今年度は「優良校」として、さいたま市の代表として埼玉県中央審査会へ推薦されました。お子様の歯科医院受診や、歯みがきテスト・歯みがきカレンダーに御家庭でも取り組んでいただいた結果です。ありがとうございました。今後ともよろしくお願いいたします。

②令和5年度埼玉県歯・口の健康啓発標語コンクール

入賞

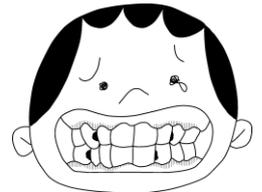
③令和5年度さいたま市歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール

浦和歯科医師会入賞



「歯・口腔の健康診断結果」をもらった人は歯医者さんへ行きましょう！

- ① むし歯は自然には治りません。むし歯はどんどん進行していきます。
- ② 歯石は歯みがきでは取れません。歯科医さんでとってもらいましょう。
- ③ 土日や夜間でも診療している歯科医院があります。
- ④ 歯がなくなったら、義歯(入れ歯)を使うしかありません。
- ⑤ さいたま市は中学校卒業までほとんどの医療費は無料です。



虫歯は感染する？

虫歯菌がいるのは歯垢の中なので、空気感染はしません。それでも感染することがあります。

歯垢の中の虫歯菌が、食べ物に含まれている糖質をエサにして酸を作り出し、その酸で歯の表面

と溶かすと虫歯になってしまいます。

そのため、虫歯のある人となない人が回し飲みをしたり、箸やスプーンなどを共有したりした時、唾液と一緒に虫歯菌が移動することがあります。このような場合は注意が必要です。とはいえ、虫歯菌が口の中に入ったらすぐに虫歯になるわけではないので大丈夫です。日頃から丁寧に歯みがきを行い、大切な歯を守りましょう。

<第2回学校保健委員会を開催します>



12月7日(木)に第2回学校保健委員会を行います。今回は、本校のスクールカウンセラーの雪田彩子先生に「こどもの多様なそだちを支援する」という演題で講演をしていただきます。保護者の皆様のためになる時間になるよう、準備を進めているところです。後日、参加申し込み書をお配りします。

多くの申し込みをお待ちしております。

<日時・場所>	令和5年12月7日(木) 15:30~16:30 本校体育館
<内容>	三室小スクールカウンセラー 雪田彩子先生の講演