



★おうちのひとといっしょによみましょう★

インフルエンザB型 流行中です！！

1月中旬頃からインフルエンザB型のり患者がとても増えてきています。近隣の小中学校でも学級閉鎖など対応をしている学校が出てきています。湊小学校は現段階では少ないですが、習い事で他校の人と交流していたり、大型ショッピングモールなどへ出掛けたりする機会があるので、いつ流行してもおかしくありません。また、市内では感染性胃腸炎や新型コロナウイルス感染症のり患報告者数も増加してきており、様々な感染症が流行してきています。自分ができる予防策として、規則正しい生活、手洗いを徹底しましょう！

朝の健康観察をお願いします



◇出席停止について◇

インフルエンザ・コロナ共通
発症後
5日が経過している
(発熱した日を0日とする)

新型コロナウイルス感染症

症状が良くなってから1日が経過している
(症状が良くなった日を0日とする。解熱剤などを服用しない状態で発熱やのどの痛み、腹痛などの症状がなく、全身状態が良くなっている状態。)

インフルエンザ
解熱後2日が経過している
(熱が下がった日を0日とする)

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症は2つの条件をクリアすると、登校可となります。
※ただし、かかりつけ医から休むよう指示がある場合にはこの限りではありません。いつから登校して大丈夫なのか分からない場合には学校へお問い合わせください。

発症日を入れてね。 元気回復

登校再開日早見表

	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
	発症日	発症日	発症日	発症日	発症日	発症日	発症日	発症日	発症日
新型コロナ	発症	症状軽快					登校再開		
	発症		症状軽快				登校再開		
	発症			症状軽快			登校再開		
	発症				症状軽快		登校再開		
	発症					症状軽快	登校再開		
インフル	発症	解熱					登校再開		
	発症		解熱				登校再開		
	発症			解熱			登校再開		
	発症				解熱		登校再開		
	発症					解熱		登校再開	

コロナもインフルもここは同じ / 基本「発症日を0日目として5日を経過するまで」

コロナは「かつ症状が軽快した後1日を経過するまで」

インフルは「かつ解熱後2日を経過するまで」



お口の健康教室を行いました！！



1月28・30日に1・2・3・4・6年生でお口の健康教室を行いました。(5年生は1学期LIONの小学生歯みがき大会に参加し、歯科指導を実施しています。)石巻市役所健康推進課の歯科衛生士さんをお招きし、各学年の発達段階に合わせた歯やお口に関するお話をいただきました。最後は全ての学年で歯磨き実習をし、磨き方の確認を行いました。

～1年生～

6歳臼歯について紙芝居でお勉強しました。おやつの砂糖の量クイズや歯みがき実習を行いました。



～4年生～

噛む力チェックで1分間ガムを噛みました。色を見るまではドキドキ…噛んだ後のガムの色をチェックして、自分の噛む力を確認しました。「ひみこのはがい〜ぜ」の合言葉の意味を学びました。



～6年生～

コロナ禍で入学し染め出しができていなかったため、小学校生活で初めての染め出し！赤色と青色の2色に色が変化する染め出し液を使用し、磨くのが苦手な場所が分かりました。(赤色⇒24時間以内、青色⇒48時間以上経った汚れ)中学生になるので自分の健康は自分で守れるように意識していけたらいいですね。



～2年生～

歯の形を観察しました。犬歯はどれかな…？前歯、犬歯、臼歯の役割、むし歯のでき方を学びました。



～3年生～

丈夫な歯にするためにどういう食べ物・栄養が必要か学びました。生え変わりが多い年齢なので、どんなところにむし歯ができやすいかむし歯の写真を見て驚いていました。

歯科衛生士さんからのアドバイス

～発達段階に合った歯ブラシの大きさを～

お口の大きさにあった歯ブラシでないと、磨き残しが増えてしまいます。年齢に合っていない大きさの歯ブラシを使っている人も見られました。小学生の時は学童期のものがオススメです！

～4年生までは仕上げ磨きを～

生え変わりが多くなる3・4年生くらいまで仕上げ磨きができると良いそうです。毎日ではなくても週末やお時間がある時だけでも仕上げ磨きをしてお子さんとのスキンシップの時間にしてみては♪

