

ほけんだより 11月

令和7年度朝霞第七小学校保健室

インフルエンザが大流行しています。

市内でインフルエンザ A 型が大流行しています。七小でも今週に入り 3 学級が学級閉鎖となりました。インフルエンザは咳、急な発熱が主な症状ですが、お子さんによっては「嘔吐」等の消化器症状も報告されています。ご家庭でも感染予防にご協力をお願いいたします。

朝の健康観察

インフルエンザは急に発症しますが、朝食欲がない、だるいなどいつもと違う様子が見られることもあります。登校前の健康観察をお願いします。

マスク着用

咳が出ている場合は、マスク着用をお願いします。感染で一番多いのが、飛沫感染になります。予備のマスクも持たせてください。

水分をこまめに摂る

こまめに水分を摂取することで、のどの乾燥を防ぐだけでなく、のどに付着したウイルスを洗い流すことができるため、感染を防ぐ効果があります。

受診タイミングは 10 時間以上

受診する際は発症して 10 時間以上経ってからにしましょう。ワクチン接種の有無など個人差はありますが、早すぎる検査は「陰性」と出ることが多いです。

出席停止期間（登校届の提出は不要です。）

インフルエンザの場合

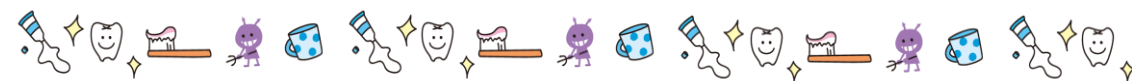
例：
3日目に解熱した場合、
4日目に解熱した場合

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
3日目に解熱した場合		発熱		解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校 OK	
4日目に解熱した場合		発熱		解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校 OK	

新型コロナの場合

例：
4日目に症状が軽快した場合、
5日目に症状が軽快した場合

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
4日目に症状が軽快した場合		有症状		軽快	軽快後1日目	軽快後2日目	登校 OK	
5日目に症状が軽快した場合		有症状		軽快	軽快後1日目	軽快後2日目	登校 OK	

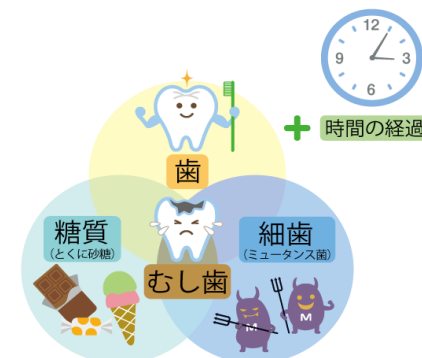


学校歯科医による歯科指導をしました。

学校歯科医の小柴先生をお招きし、3年生が「むし歯の原因を知り、大切な歯を守ろう」について学びました。内容は以下の通りです。

ORD テスト（口腔内のむし歯菌数を検査）

- むし歯のしくみ
- むし歯になりやすい糖・なりにくい糖
- ブラッシング指導



RD テストで口腔内の衛生状態を検査しましたが、結果は Low（むし歯菌少なめ）46%、Middle（むし歯菌ふつう）45%、High（むし歯菌多め）9%という結果になりました。ていねいな歯みがきやおやつ選びで、むし歯菌の量は減らすことができます。



2枚目の治療勧告（イエローカード）を配付しました。

まだむし歯を治していない人に2枚目の「治療のお願い」（イエローカード）を配付します。むし歯は自然に治ることはありません。乳歯のむし歯であっても、永久歯に悪影響を及ぼすことがあります。早めに歯医者さんで治してもらいましょう。

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
健康診断でむし歯があった人	24	25	19	11	28	21	128
まだ治していない人	8	9	10	4	13	10	54



11月17日時点