

ほけんだより 11月

令和6年度朝霞第七小学校保健室

マイコプラズマ感染症増えています。

マイコプラズマ感染症が10月後半から増えつつあります。発熱・のどの痛み・強めの咳（痰の少ない乾いた咳）などの症状が現れ、受診してもなかなか診断がつかないこともある様です。市内でも流行しており、七小でも1クラスが学級閉鎖しました。咳や発熱が長引く際は、再受診をお勧めします。

マイコプラズマ感染症の特徴

- 潜伏期間は2～3週間と長い。
- 肺炎を起こすことがある。
- 幼児期から学童期の子どもに多い。
- せきが3～4週間長引くことがある。
- 熱が上がったり下がったり長引くことがある。



マイコプラズマの感染予防

- ① 咳がある場合は、**マスクを着用**
- ② 外出後の**手洗い**の徹底
- ③ 密な環境を避け、**換気**
- ④ 十分な休養とバランスのとれた**食事**
- ⑤ 適度な**湿度**（40～60％）の保持
- ⑥ **タオルや食器を分ける**工夫

登校目安

マイコプラズマは**出席停止**です。

登校目安は「**感染のおそれがないと認めるまで**＝※発熱や激しい咳が治まり**全身状態がよいこと**」です。

※日本小児科学会



歯みがきしようよ!



11月8日はいい歯の日

11月はいい歯の日です。家族で歯をみがいて、みがき方の確認をしてみませんか？仕上げみがきを卒業した人も、たまには口の中を見てもらいましょう。

七小ではいい歯の日にかけて、次のふたつの取り組みをします。少しでも歯と口の健康について考えてもらえたらと思っています。

① 2枚目の治療勧告（イエローカード）を配付します。

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	14	16	8	17	15	13	83
まだ治していない人	6	9	2	8	9	3	37

11月1日時点

② 3・6年で歯科指導を実施します。

11月～12月にかけて**3・6年を対象に歯科指導を実施**します。自分のみがき方を振り返り、卒業までに正しい歯みがき習慣を身につけることを目的としています。持ち物などの詳細は別途対象学年の保護者の方へお知らせいたします。

