



ふゆ
やすみ号



南牧小学校
保健室 No.13
H30.12.21



「暑いね」といって始まった2学期も、朝晩とっても寒い時期となり、今日で終了です。2学期はたくさんの行事もあり、気温の変化の大きい学期でした。大きなけがや事故なく終われ本当によかったです。楽しい予定いっぱいの冬休み。かぜやインフルエンザ、胃腸炎予防も頭のすみにおいてください。家族の時間を大切に、よいお年を！



インフルエンザ全国流行入り！

インフルエンザ
全国流行入り
1週間の推計
6万人受診
厚生労働省は14日、今季のインフルエンザの全国的な流行が始まったと発表した。3～9日の1週間に全国で推計約6万3千人が医療機関を受診した。12月上旬の流行入りは例年並み。例年、1月から2月上旬にかけて流行のピークを迎える。厚生労働省は感染を防ぐためにワクチンを接種し、手洗いをこまめにするよう呼び掛けている。

全国約5千の定点医療機関から1週間に報告された患者数が、1医療機関当たり1・70人となり、流行入りの目安となる1人を超えた。都道府県別の報告数は本県は81人で、1医療機関当たり0・92人だった。

直近1週間に検出されたウイルスは、2009年に新型として流行したA型が最も多かった。

← (12/15 上毛新聞)
群馬県内でも感染者は急増しており、今週に入り保・幼～高校生の感染者は300人を超えました。富岡地域でも学級閉鎖が出ています。

冬休みは、イベントや年末年始の休暇で人々の交流が活発になります。感染症の予防には、十分気をつけてください。



すいみん不足や疲れ、食生活の乱れは、体の抵抗力を弱めて、かぜやインフルエンザにかかりやすくなります。

人が多いところでは、うがい手洗い、マスクの着用をしましょう。

よい歯と口の学校・学級賞、歯科保健奨励賞受賞

「群馬県よい歯と口のコンクール」において、本校が上記の賞を受賞しました。学級は6年生が受賞しました。これは、児童の口腔状態と管理・指導の両面が評価されてのことです。特に奨励賞は今までの取組が評価されました。これはご家庭の支援も大きく関与してのことです。今後も実態に合わせながら継続していきたいと思いますので、ご協力をよろしくお願いします。

* おねがい

①冬休み中の『歯みがきカレンダー』②『体づくりこつこつシート』を用意しました。冬休みはイベントも多く、生活のリズムが変わりやすい時です。家族で生活のルールを決め、一緒に取り組んでいただけたらと思います。

★冬休み明け 1月7日（月）に学校へ持たせてください。よろしくお願いします。

★1月8日（火）～14日（月）に「けんこうチャレンジシート」を実施する予定です。

ていやくねん ひと いそ ひと
低学年の人は家の人といっしょに読もう

ふ

とりすぎに注意しよう！



クリスマスやお正月など、ごちそうが続きます。ほどほどにしましょう。体も動かしましょう。1月10日（木）には身長・体重測定があります。

ゆ

きみち、凍った道に注意しよう！



雪が降ったり、道が凍ることもあります。転んでけがしないように注意しましょう。

や

けどに注意しよう！



ストーブやおなべなど冬は熱いものがたくさんあります。低温やけども注意！

す

すんで家の手伝いをしよう！



家の人とはきっと、ねこの手も借りたいほどいそがしいはずです。がんばり次第でお年玉をはずしてくれるかもしれませんよ（笑）。

み

ずは冷たくても、うがい・手洗いをしよう！



