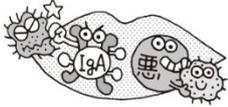


6月のほけんだより

あじさいの英語名は「ハイドランジア」、水の器という意味です。たっぷりの水を蓄えていることが由来だそうです。でも、大きな葉っぱがたくさんあるので、乾いてしまうと元気がなくなります。だから、雨の時期にうれしそうに咲くのですね。雨がずっと気持ち下が向いてしまいがちですが、植物にとっては大切な雨。元気に乗り切りましょう。

歯みがきって感染症予防になるの？



感染症の原因になるのは細菌やウイルスたち。口の中に入ったあとは細胞の中に潜り込む機会を狙っています。それを阻止するために日々戦っているのが、口の中の「IgA」という抗体です。

もともと口の中には良い細菌と悪い細菌がいます。このうち悪い細菌が増えると、これをやっつける抗体は大忙し。さらに外の細菌やウイルスまで入ってくると体を守りきれなくなります。また悪い細菌は、ウイルスが細胞の中に潜り込む手助けまでするので！

悪い細菌を減らすのは歯みがき。口の中の清潔が感染症予防につながります。

そんな大切な歯みがきが、逆に人への感染のもとにならないように

◎ 歯みがき中はできるだけ口を閉じよう



◎ うがいの水を吐き出すときは低い位置からゆっくりと

これも感染予防の大切なマナーです

学校で歯みがきをする際に気をつけたいこと

新型コロナウイルス感染症を予防するために



洗口場では十分な距離を保ち、時間帯をずらすなどして密にならないようにする。



歯みがき中はしゃべらず、上下の唇を結んだ状態でみがく。

前歯の裏をみがくときは、片手で口を覆う。



飛沫が飛び散らないようにする工夫

うがいは少ない量の水で行い、低い位置からゆっくり吐き出す。



ぜひ、学校でも、給食後に歯を磨いて感染予防に努めましょう！

※参考文献：日本学校歯科協会「新型コロナウイルス感染予防のための給食後の歯みがきスタイル指導」

必ずうがい用のコップを持参しましょう

今年は寒暖差が激しく、体調を崩す人が多いようです。急に気温が上がると、体が暑さに慣れていないため、熱中症のリスクが上がります。

涼しい時期から運動をして、暑さに体を慣らしておくことが大切です。

また睡眠不足などの不規則な生活習慣や肥満なども熱中症のリスクを高めます。

学校では、通年で水筒の持参が可となっています。熱中症の予防のため、適宜水分補給ができるように、ご協力をお願いします。

飲水時間と飲水場所：休み時間・昼休み・放課後に教室内で。授業中は先生の指示による飲水タイム。部活動中は活動場所で。

飲水不可の時間：朝の読書・朝の会・テスト中・給食・清掃・帰りの会

水筒の中身：水・お茶・スポーツドリンク【ジュース・炭酸飲料は不可】

また、マスク着用によっても熱中症のリスクは高まります。暑くて息苦しさを感ずるときなどは、周囲の人と距離をとり、マスクを外して休憩するようにしましょう。

マスク着用時の熱中症に注意して！



周囲の人と十分な距離をとった上で、適宜マスクを外して休憩しましょう

のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給を行おう

新型コロナウイルス感染症予防のご協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染症対策として、登校前の健康観察をお願いします。感染が判明した者のうち、症状があるのに登校していた等の事例があったようです。こまめな手洗いや学校施設の消毒等学校における感染対策を行い、職員も充分気をつけて参りますが、お子様に疑わしい症状が見られる場合は、登校させずにご自宅で様子を見ていただきますようご協力をお願いします。

健康観察・登校の判断について

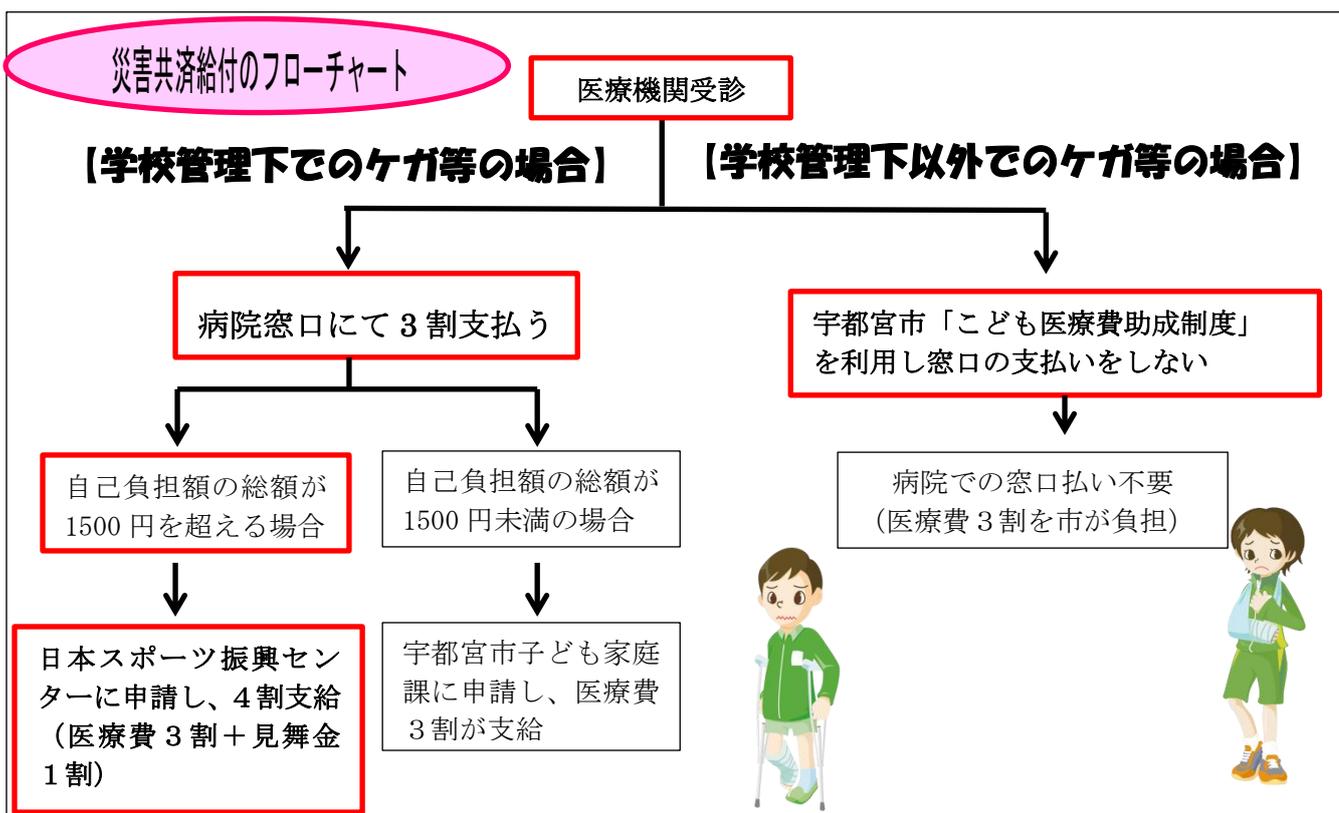
- 登校前に、ご家族を含めて発熱や風邪症状の有無を確認してください。
→登校前の健康観察結果を、登校後に確認します。
- ※お子様又は同居のご家族に発熱や風邪症状がみられる場合は、登校を控え自宅で休養してください。
- お子様又は同居のご家族が、PCR検査等新型コロナウイルスに関する検査を受けた場合には、結果が判明するまで登校を控えてください。
- お子様の登校の際には、必ずマスクを着用させてください。

感染症予防のため、次のような場合は必ず学校へお知らせください。（学校電話 028-648-2226）

- お子様が新型コロナウイルスに感染、又は、濃厚接触者となった場合
- お子様又は同居のご家族が、濃厚接触者に特定された、又は、PCR検査等新型コロナウイルスに関する検査を受ける場合

同居するご家族が濃厚接触者に特定された場合、お子様が登校を控えると「欠席」ではなく「出席停止」の扱いとなります。お子様の体調や不安な心情、及び、万が一の場合の学校での感染拡大防止等を考慮し、登校を控えるようお願いいたします。

日本スポーツ振興センター災害共済給付制度の利用について



《保護者の方へ》

【学校管理下】とは、『学校の教育活動すべて（授業・給食や清掃などの特別活動・学校行事・部活動・休憩時間

など）』で、登下校も含まれます。申請を行う場合は、学級担任・部活動顧問へお声掛けください。

❖学校管理下でケガをした場合は、病院でそのことを伝え、できるだけ窓口で3割分の支払いをお願いします。

❖学校管理下でのケガで病院にかかった際は、後日すみやかに、学校に連絡をお願いします。

❖手続き後、申請が通ると4割分（医療費3割分+お見舞い金1割分）が支給になります。

❖ケガ等の1件につき、自己負担の医療費（総額）が1500円以上について、対象となります。

❖もし、「こども医療費助成制度」を利用した場合、お見舞金1割の申請を行うこともできます。