



宇都宮市立横川東小学校  
令和7年度12月号

おうちの人と一緒に  
読みましょう

がつ ほけんもくひょう  
12月の保健目標

かぜの  
よぼう  
予防をしよう



今年はインフルエンザの流行が早く本校でも11月中に約70名が罹患しました。今後も流行が続きますので手洗い，うがい，マスクの着用，換気や規則正しい生活を心がけて予防していきましょう。

## ほけんいいんかい ほうそう 保健委員会によるテレビ放送



11月8日は「いい歯の日」でした。それに合わせて保健委員会では、歯の健康意識を高めるために「横川太郎の歯を救え」というお話とクイズを考えて、テレビ放送しました。たくさん練習してのぞんだ本番ではその成果を出すことができました。

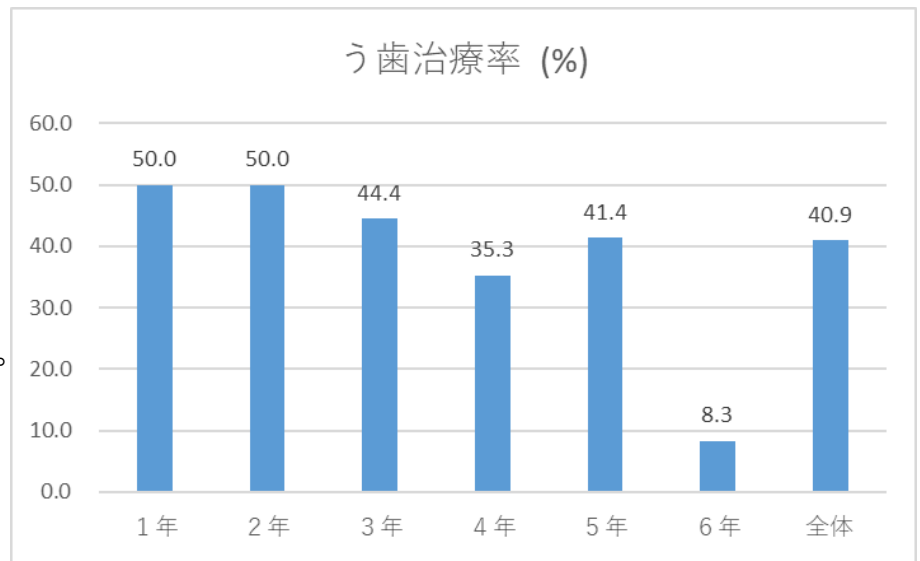
みなさんの口の中にも、むしばんやその子分たちが来ないように、朝昼夜に3分間はみがきを行い歯を大切にしていましょ。



# 40.9% これは何の数字でしょう？

この40.9%という数字は春の歯科検診でむし歯がみつかってまだ治療が済んでいない人の割合です。

むし歯は歯科で治療しないと治りません。冬休み前に、もう一度お知らせを出します。お知らせをもらった人は冬休みを利用して歯科で治療しましょう。治療が終わったら報告書を提出ください。



## 薬物乱用防止教室(6年)

11月18(火)に学校薬剤師の嶋田先生による薬物乱用防止教室が行われました。

どんな薬でも使い方や決められた量を守らないと薬物乱用になることや、お茶を使った実験から薬は水で飲まなければならないことを教えていただきました。



## 冬に気をつけたい子どもの感染症

### ロタウイルス感染症

**特徴** 白っぽい下痢便が出る

**症状** 下痢、嘔吐、発熱など

**注意点** 排泄物や嘔吐物からも感染する。脱水に要注意

### RSウイルス感染症

**特徴** 呼吸器に感染。小さいお子さんでは肺炎などの危険も

**症状** 風邪様症状。ひどいせきや喘鳴などが出ることも

**注意点** 基礎疾患を持つお子さんは重症化しやすいので要注意

### インフルエンザ

**特徴** A型、B型などウイルスの種類で症状が異なる

**症状** 突然の高熱、悪寒や倦怠感などの全身症状、気道症状など

**注意点** 感染力が高い。稀にインフルエンザ脳症を起こすことも

## インフルエンザの異常行動に注意！

インフルエンザにかかった時は、飛び降りなどの異常行動を起こすことがあります。特に発熱から2日間は要注意とされています。窓の鍵を確実にかけるなど、異常行動に備えた対策を徹底しましょう。

厚労省ホームページより