

ほけんだより 11月

向日が丘支援学校
保健室
令和7年10月31日

9月に京都府内でインフルエンザ流行期に入ったとの発表がありました。昨年度より2か月程早ようです。本校でも10月に数名インフルエンザに罹った人がいました。この季節は、インフルエンザの他にも様々な感染症が流行しやすい時期になります。感染症を寄せつけないため、できる工夫から心がけてみましょう。



11月の予定		
4日(火)	中学部	体重測定
5日(水)	高等部	体重測定
6日(木)	小学部	体重測定



学校感染症における出席停止について

< インフルエンザ >

発症した後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
例1 発症2日目 に解熱	発熱	発熱	解熱	解熱 1日目	解熱 2日目	発症後 5日以内 登校不可	登校可能	
例2 発症4日目 に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱 1日目	解熱 2日目		

< 新型コロナウイルス感染症 >

発症した後5日を経過し、かつ症状が軽快した後、1日を経過するまで

注意ポイント

発症した後5日とは…
発症した翌日から起算。
発症日は含まない。

解熱後2日目とは…
解熱した翌日から起算。
解熱した日は含まない。

解熱とは…
朝から夜まで一日を通して
発熱がない日。

インフルエンザも新型コロナウイルスも同様です。

保護者等の皆様へ

◎ 登校再開後、「学校感染症治癒証明書」をお渡しします。保護者等の方が御記入いただき、御提出お願いいたします（第一種の感染症、第三種の一部の感染症については医療機関の押印をいただいております。その際は直接お知らせします）。

11月8日は
いい歯の日

3Stepで歯みがきチェック

いい歯、キープできていますか？ 歯みがきの後、みがき残しの多い場所を鏡でチェック。歯垢が残っていたら、アドバイスを参考にもう一度みがいてみましょう。

Step 1 「い」の口でチェック

歯と歯の間
歯と歯の間に歯ブラシの毛先を入れて小刻みに動かしましょう

歯と歯ぐきの境目
歯ブラシを当てる角度は斜め45度を意識

Step 2 「あ」の口でチェック

奥歯の溝
毛先を垂直に当てることを意識して小刻みに動かしましょう

Step 3 舌で歯を触ってチェック

前歯の裏側
歯ブラシを縦にして上下に動かすのがコツ

奥歯の後ろ
歯ブラシの先端の毛先を当ててみがきましょう

よくかむと **いいこと** がたくさん

★だ液がたくさん出る
⇒ **虫歯予防**

★あごが強くなる
⇒ **歯や歯茎が強くなる**

★消化しやすくなる
⇒ **胃の働きを助ける**

よくかんで食べよう

それぞれの**歯**にも**特徴と役割**があります

切歯

食べものをかみ切るのが得意だよ

前のほうにある平べったい形の歯です

犬歯

食べものを切り裂くのが得意だよ

刺さりやすいように先がとがっています

臼歯

食べものをすりつぶすのが得意だよ

奥のほうにある歯で、かみ合う部分が広がっています

ごはんを食べるとき、つい飲み物で流し込んでいませんか？
それぞれの役割を果たせるように使っているか、食事の際に注目してみましょう。