

こもれび

12月号

今年もあとわずか！健やかに笑顔で

12月中旬となりました。2020年もあとわずかですね。今年はコロナの影響で大変な年になりましたが、みなさんのおかげで無事に年末を迎えられました。3年生にとっては受験を控えた大切な時期となります。インフルエンザなど感染症に気をつけて、冬休みまで健やかに笑顔で過ごしたいですね！

冬休み明け、身体測定があります！年末年始の暴飲暴食にご注意を。



病院受診の方法

①発熱の場合
かかりつけ医等最寄りの医療機関へ電話で相談

②かかりつけ医等最寄りの医療機関に連絡できない場合
受診・相談センターへ連絡
受診・相談センター

0570-052-092 【24時間対応】

→診療・検査医療機関を案内
※検査するかどうかは医師の判断で決定します。

引き続き、手洗いや咳エチケットなど感染予防に努めましょう！

コロナ第3波

到来

年末年始にかけて、多数の人が集まる行事が増えます。新型コロナウイルス感染症は、3密（密閉・密集・密接）の環境で感染リスクが高まります。特に以下の5つの場面で注意が必要です。

場面1 飲食を伴う懇親会など

マスクを外して食べ、人が集まるため、大きな声になりやすい

場面2 大人数や長時間に及ぶ飲食

5人以上の飲食は要注意！飛沫が飛びやすい

場面3 マスクなしでの会話

カラオケ、車やバスの車内は注意

場面4 狭い空間での共同生活

寮やトイレなど共用部分

場面5 居場所の切り替わり

休憩室や更衣室など

このような場面にはなるべく近づかないように注意しましょう！

高病原性鳥インフルエンザに関する注意喚起

11月中旬から、香川県下の農家において高病原性鳥インフルエンザが確認されました。市場で売られている鶏肉や鶏卵に問題はありますが、野鳥との接し方には以下のような注意が必要です。

- ◎死亡した野鳥など野生動物は、素手で触らない
- ◎同じ場所にたくさんの野鳥などが死んでいたら、近づかず、近くの市役所へ連絡する
- ◎もし、野鳥などの排泄物等に触れてしまったら、しっかりと手洗いうがいをする
- ◎不必要に野鳥を追い立てたり、捕まえようとしない



健康診断が全日程終了しました！検診結果一覧をお知らせします。

成長の記録を配付します！



今年はコロナの影響で、健康診断も4月から12月まで延期となり、結果をお知らせすることが大幅に遅くなりました。結果一覧をご確認ください。

身体測定結果は4月と9月のものを成長曲線に示しました。成長曲線は、身長と体重が健やかに成長しているか経年変化を見るためのものです。合わせてご確認をお願いいたします。

押印の上、**12月18日(金)**までに学校へお戻しください。

保護者印を
忘れずに！



健康は自分でできる最高のプレゼント

大田原市

年末年始の 当番医

事前に電話をしてからの受診にご協力ください。

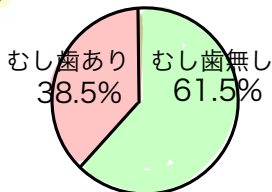
- 12月6日(日)増山胃腸科クリニック(加治屋)
- 13日(日)益子医院(大久保)
- 20日(日)益子クリニック(黒羽田町)
- 27日(日)藤田医院(野崎)
- 29日(火)だいなりハビリ(紫塚)
- 30日(水)山の手岡くりにつく(山の手)
- 31日(木)車田医院(大豆田)
- 1月1日(金)小林内科外科医院(富士見)
- 2日(土)鎌田浅香医院(浅香)
- 3日(日)橋本内科クリニック(元町)

夜間診療【診療時間】毎日19時～21時半
那須地区夜間急患診療所(那須赤十字病院内)
TEL0287(47)5663 診療科目:内科・小児科

歯科講話

去る11月19日、1年生を対象に歯科講話を行いました。「正しい歯ブラシのあて方とフロスの使い方」をテーマに、歯科衛生士の品田ゆかり先生にご講話いただきました。

歯科検診結果



全体的にむし歯少ないが、歯肉炎が多い。むし歯がしやすい場所は、奥歯が多かった。

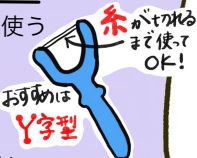


生徒からの感想



歯を守る9つの生活習慣

- ①1日3回歯を磨く
- ②フロスを使う
- ③フッ素入りの歯磨き粉を使う
- ④歯ブラシを定期的に取り替える
- ⑤1日3食の食事(間食を控える)
- ⑥たくさん噛む(一口30回を目指す)
- ⑦洋食より和食
- ⑧水分補給はお茶か水
- ⑨歯の定期検診



- ・フロスについて知らなかったなので、これからはフロスを使おうと思った。
- ・食べたり話したり笑ったりするときは、口腔機能を使うということを知った。これからの食事では、ゆっくり食べて、よく噛んでいきたい。
- ・今まで強い力で磨いていたけど、弱く磨く方がプラークがきちんと取れることが分かった。
- ・アメリカではフロスを使うことが当たり前でびっくりしました。むし歯ができないようにするための生活習慣をしっかり守っていきたいです。