

11月号 ほけんだより



これからの季節、空気が乾燥すると、口や鼻の粘膜が乾燥し、ウイルスや菌に対する防御機能が低下します。また、湿度が低くなるにつれてウイルスの活動が活発になります。健康的に冬を乗り越えるために、加湿器も利用し温度・湿度調整しましょう。

★ インフルエンザ・新型コロナウイルスの同時流行に注意しましょう！

これから本来の流行時期を迎えるにあたり、インフルエンザや新型コロナウイルス両方への対策が、より一層必要となります。急な発熱や咳、のどの痛みがあるときは、症状をそのままにせず必ず受診しましょう。検査を実施または予定となった際は園にお知らせください。園での感染拡大防止には皆様のご協力が必要です。

【インフルエンザの出席停止期間】

園児の場合「発症後5日を経過し、かつ、熱が下がった後 3 日を経過するまで」です。この期間は登園することができません。登園する際には、登園許可書を提出していただきます。

★発症日(熱などの症状が出た日)は0日目となります。翌日から数えて、最低でも5日間は休養してください。

・乳幼児(保育園・幼稚園など)(発熱あり… 丸1日発熱なし…)

発症日数	1日経過	2日経過	3日経過	4日経過	5日経過	6日経過	7日経過	8日経過	9日経過
発熱期間						出席可			
						出席可			
							出席可		
									出席可



★ 11月8日は「いい歯の日」

● 11月20日(月) 10時00分～ 歯科健診

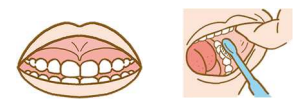
やむを得ず欠席される場合は、後日嘱託医の「ア歯科有馬診療所」にて健診を受けていただきますのでご了承下さい。なお、ご家庭の都合でお休みする場合には、健診時間に登園し健診を受けていただくことも可能ですのでご相談下さい。

● 11月8日 ¹いい歯⁸を守る

はじめに子どもが自分でみがくの見守り、最後は仕上げに大人がみがいてあげましょう。奥歯の隙間や歯の裏側など、自分では歯みがきづらい部分までしっかり汚れを落とし、元気な歯を守りましょう。

★痛くないコツ

上の前歯の中央と上唇をつなぐひだ(上唇小帯)に歯ブラシが当たると痛みます。あたらないように指で押さえましょう。



★口を引っ張らない

奥を見ようと口の端を引っ張るのではなく、指でほおを内側から押しましょう。奥歯の側面が見やすくなります。

★ 10月の感染症報告

* アデノウィルス(プール熱) 1件