

ほけんだより11月

R3.11.2
附属中学校
保健だより
第7号

みなさんはじめまして。下田妃華(しもだひめか)です。桑原先生が育児休暇の間、養護教諭として保健室を担当します。みなさんの学校生活が毎日安全に送ることができるようにサポートしていきます。これからよろしくお願いします。

いよいよ、明日は青垣祭ですね。着任してから毎日、みなさんの素敵な歌声に癒されています。グランシアタのステージでの発表なのでとても緊張すると思いますが、練習の成果を十分に発揮できるよう陰ながら応援しています。頑張ってください!



こまめな換気を心がけましょう

朝晩の冷え込みがだんだんと厳しくなってきました。新型コロナウイルス感染症予防対策として教室の窓や扉を常時開けることが大切です。寒くなってきたので扉や窓を勝手に閉める・・・ということのないようにしていきましょう。教室には、換気の目安となるように二酸化炭素濃度計を設置しますので当面の間、1000ppm以下となるように換気を十分に行いましょう。(文部科学省学校環境衛生基準では1500PPm以下となっています。)



ブレイクスルー感染について

ワクチン接種後、免疫が完全につくまでには2週間ほどかかります。しかし、2週間経過した後に、新型コロナウイルス感染することがあり、これをブレイクスルー感染と言います。厚生労働省によるとワクチン2回接種した場合でも100%の発症予防効果が得られるわけではないとされています。新規感染者数が県内でも減少をしていますが、接種完了後も感染対策を引き続き行いましょう。毎朝の検温や健康観察カードの記録も引き続きよろしくお願いします。

11月8日は「いい歯の日」

毎日、歯みがきをしていますか?また、今使っている歯ブラシの状態はどうなっていますか?毛先が広がっていたり、くたびれていたりしたら要注意です。せっかく毎日磨いていても毛先が広がったまままだときちんと歯に当たらず汚れを十分には落とせません。今使っている歯ブラシの状態を点検して必要ならば交換しましょう。



～保健室から～

- 先週から、新型コロナウイルスのワクチン接種による副反応での欠席・来室が多くあります。接種を予定している人は接種の前後は激しい運動等は控え、あまり無理をしないようにしてください。
- 今年度はインフルエンザが流行すると予想されています。インフルエンザワクチンは接種後、免疫がつくまでに2週間ほどかかります。予防接種を希望される方は医療機関に相談をお願いします。
- インフルエンザにかかったら担任へ連絡をお願いします。

出席停止の期間は、「発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで」です。症状が出た日の翌日を1日目と数えます。

