



インフルエンザは出席停止です



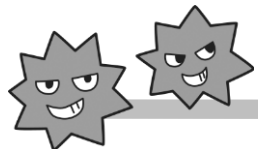
停止期間：発症したその翌日から5日を経過し

かつ、解熱したその翌日から2日を経過するまで

* 発症した日、解熱した日は数えません。

* 治癒後登校する際、「登校届」（保護者が記入する用紙）を提出して下さい。

* 登校届は、学校のホームページからダウンロードできます。



注意！インフルエンザ流行中！感染予防対策をしっかりと！

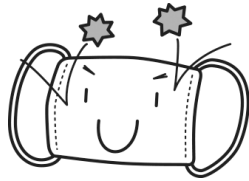
10月末から、インフルエンザ感染の報告が続いています。インフルエンザだけでなく、感染性胃腸炎（出席停止）、流行性耳下腺炎（出席停止）溶連菌感染症（欠席扱い）、マイコプラズマ感染症（欠席扱い）に感染し、欠席している人もいます。感染予防対策をしっかりと取り組みましょう。

感染症予防のキホン

★石けんを使った手洗い★



★マスクをつける★



★バランスの良い食事★



★たっぷり睡眠★



おうと 嘔吐したとき・・・吐しゃ物の掃除のしかた

※ノロウイルスには消毒用アルコールでは不十分です！
塩素系漂白剤を使って消毒しましょう！



①使い捨て手袋、マスク、エプロンをつける



②紙や新聞紙で吐しゃ物をおおう



③まんべんなく塩素系漂白剤をひたす



④おおった紙ごと吐しゃ物を包みとる



⑤跡を拭き取り、薄めた塩素系漂白剤で拭き、最後に水拭きする



⑥吐しゃ物や紙、手袋などをビニール袋に入れ、密閉して捨てる

感染性胃腸炎（ノロウイルスなど）の原因となるウイルスは、吐しゃ物や便に多く含まれているので、トイレも消毒が大切です。また、下痢が止まった後も、2週間位は便の中にウイルスが排泄され続けます。消毒は、しばらくの間続けましょう。

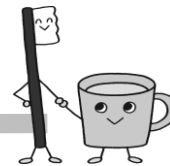


集団生活で感染症の流行を防ぐためには、一人一人の意識が大切です。体調が少しでも悪いと感じたら、早目に体を休めるようにしましょう。

また、無理をせず、体調がしっかりと回復してから登校することも大切です。馬橋小のみんなで感染症の流行を防いでいきましょう。



は いい歯のために・・・フラーコントロール！



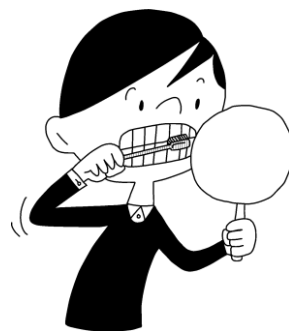
フラーは、歯の表面につく、白くネバネバしたもので、細菌のかたまりです。フラーがついたままだと、虫歯や歯周病の原因になります。「みがいている」だけでなく「みがけている」を目標に、自分の歯みがきをチェックしてみましょう。



かがみ み は 鏡を見ながら歯をみがいてみよう！

大人でも前歯の方がきちんとみがけていない人が多いと言われています。

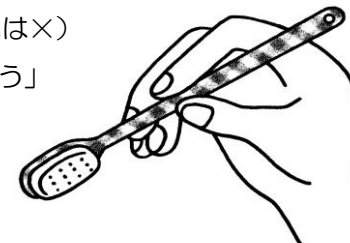
鏡を見ながら前歯も丁寧にみがきましょう。歯ブラシを小刻みに動かしてみがくと、フラーが落ちやすいです。



は 歯ブラシをチェックしてみよう！

- ★毛先は平らでまっすぐ
(ギザギザ・先が細いは×)
- ★毛のかたさは「ふつう」

- ★柄はまっすぐで
単純な形



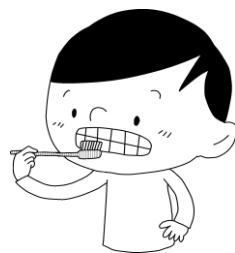
- ★ヘッド(ブラシ部分)は
小さい

交換の目安は、1ヶ月に1回です。
裏側から見て毛先が出ていたら交換しましょう。

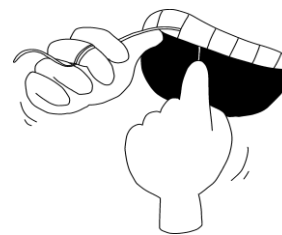
フラーって、どんなもの？



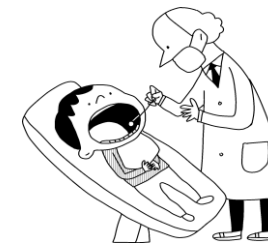
フラーは、食べかすと違ってうがい程度では落ちません。



毎日しっかりと歯をみがき、フラーを増やさないことが基本です。



歯ブラシでは届きにくい歯と歯の間は、フロスを使うと落とせます。



歯石になると歯みがきでは取れません。歯科医院へ行きましょう。