



インフルエンザは出席停止です



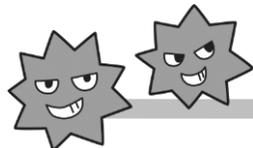
停止期間：発症したその翌日から5日を経過し

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！

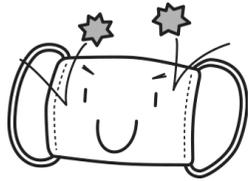
10月末から、インフルエンザ感染の報告が続いています。インフルエンザだけでなく、感染性胃腸炎（出席停止）、流行性耳下腺炎（出席停止）溶連菌感染症（欠席扱い）、マイコプラズマ感染症（欠席扱い）に感染し、欠席している人もいます。感染予防対策をしっかりと取り組みましょう。

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★



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。

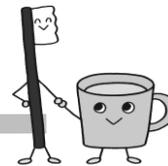


集団生活で感染症の流行を防ぐためには、一人一人の意識が大切です。体調が少しでも悪いと感じたら、早目に体を休めるようにしましょう。

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、^は歯の^{ひょうめん}表面につく、^{しろ}白くネバネバしたもので、^{さいきん}細菌のかたまりです。フラーがついたままだと、^{むしば}虫歯や^{しゅうびょう}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^{もくひょう}目標に、自分の^は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！

^{おとな}大人でも^{まえは}前歯の方が^{ほう}きちんとみがけていない人が多いと言われて

います。
^{かがみ}鏡を見ながら^{まえは}前歯も^{ていねい}丁寧にみがきましょう。歯ブラシを^{こきざみ}小刻みに動かしてみがくと、フラーが^お落ちやすいです。

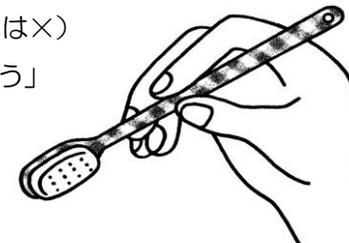


は 歯ブラシをチェックしてみよう！

★^{けさき}毛先は^{たいら}平らでまっすぐ
(ギザギザ・先が細いは×)
★^は毛のかたさは「ふつう」

★^え柄はまっすぐで
^{たんじゆん}単純な形

★^{ふぶん}ヘッド(ブラシ部分)は
^{ちい}小さい

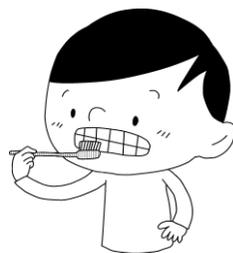


^{こうかん}交換の目安は、^{かげつ}1ヶ月に1回です。
^{うらがわ}裏側から見て毛先が出ていたら^{こうかん}交換しましょう。

フラーって、どんなもの？



フラーは、^た食べかすと^{ちが}違って
^{ていど}うがい程度では^お落ちません。



^{まいにち}毎日しっかりと^は歯をみがき、フラーを^あ増やさないと^{きほん}基本です。



^は歯ブラシでは^{とど}届きにくい^は歯と^は歯の間は、^{つか}フロスを使うと^お落とせます。



^{しせき}歯石になると^は歯みがきでは^と取れません。^{しかいん}歯科医院へ^い行きましょう。