

今年も残すところあと1か月になりました。身の回りが何となくあわただしい時期ですが、この1年を振り返る心のゆとりも大切にしたいですね。クリスマスやお正月などを楽しく過ごせるように、感染症対策をしっかりとって、かぜやインフルエンザ、胃腸炎等にも気をつけましょう。

また、生活が崩れないように規則正しい生活を心がけましょう。ハメを外しすぎないように要注意です。夜遊び、外泊、タバコ、お酒は絶対ダメです！



保健委員会からのお知らせ

11/8～12 第2回 歯みがき強化週間を実施しました。



【結果】 「歯みがき優秀賞」は、1年A組と2年A組！

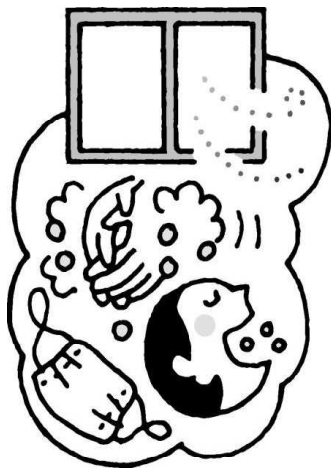
歯みがき実施率 100%！

引き続き、給食後の歯みがきを続けて、むし歯ゼロ、歯肉炎ゼロ、をめざしましょう。



続けよう！感染症対策

新しい変異ウイルス「オミクロン株」の感染拡大も心配されています。自分でできる感染症対策をしっかりと続けましょう。



① マスクの着用

会話や咳で飛散したウイルスを口や鼻から入りにくくして守るよ。

② 手洗い・うがい

手のひらや指の間、のどの奥にウイルスがつきやすいよ。

流水で15秒手洗い→1/100に減る

石けんで10秒もみ洗い+流水で15秒すすぐ→1/10000に減る

③ 手指消毒

手洗いがすぐにできない場合など、アルコールをよくもみこむと手指についたウイルスを無毒化するよ。

④ 部屋の換気

空中にはウイルスや細菌がいっぱい飛んでるよ。



インフルエンザの予防接種について

予防接種を受けておくと、インフルエンザにかかりにくい、かかっても重症化しにくい、という利点があります。効果が期待できるのは、接種してから2週間後～5か月程度ですので、流行しはじめる前の接種をお勧めします。(13歳以上は1回接種)

しかし、任意接種のため、接種の有無については保護者の方の判断でお決めください。また、コロナワクチン接種後は、2週間後から接種可能となります。

※石井町在住の中学3年生を対象に「インフルエンザ予防接種費用助成事業」により、接種費用が助成されます。(家庭に通知済み) 受検に備えて接種をお勧めします。