12がつ ほけんだより

野田市立柳沢小学校　保健室

今年も残り少なくなりました。子どもたちにとっては、どんな一年だったのでしょうか？これから、待ちに待った冬休みです！クリスマスにお正月…と、楽しみがたくさんあり、大人でもウキウキしてしまうこの時期、おそらく気分がとてもたかぶっている子どもも多いことと思います。このような時は大きな事故が起こる危険性もありますので、感染症予防対策をとりながら十分に落ち着いた生活をさせたいものです。

新年明けてからも元気に学校生活が送れるように、引き続きの健康管理をよろしくお願いいたします。

冬休みも規則正しい生活をしましょう！

新型コロナウイルスやインフルエンザに加え，「感染性胃腸炎」にも要注意です！！

新型コロナウイルスはもちろん、インフルエンザも大変心配な時期に入っていますが、加えて要注意なのが「ノロウイルス等による感染性胃腸炎」です。現在、柳沢小での集団発症はありませんが、冬場に流行しやすいとされていますので、ぜひ予防対策をお願いいたします。

≪ノロウイルスとは？感染するとどんな症状？≫

＊ノロウイルスとは人の小腸で増殖し，嘔吐や下痢等を起こすウイルスです。
　二枚貝などに蓄積されている可能性があるとされています。数少ないノロのウイルスが体内に入っても非常にひどい悪さをします。

＊主症状は「吐き気・嘔吐・腹痛・下痢」で，突然はじまることが特徴です。発熱はあっても３８℃以下がほとんどですが脱水症状に気をつけましょう。

＊潜伏期間は約１～３日，症状は２～７日でおさまるとされていますが，抵抗力の落ちている場合や乳幼児・高齢者では重症化することもあります。

≪予防法は？≫

＊良く手を洗う。（調理や食事の前には特に気をつけましょう）

＊生鮮食品（特に貝類）の調理の時に要注意です。このウイルスは，湯通し程度では死にません。しっかり，加熱しましょう。

＊感染した人の嘔吐物や便の不十分な処理でウイルスが手などを介して口から取りこまれ感染するおそれがありますので「マスク・ビニール手袋・塩素系消毒剤」などを使い十分な処理を心がけましょう。

「おかしいな？」と思ったら、早めに受診しましょう。

≪3 年生の保護者の方へ≫

１２月４日（月）～８日（金）の間に、希望があった児童対象に“色覚検査”を実施する予定です。特に所見がない場合は、個別の「色覚検査結果のお知らせ」等はお渡ししていませんので、ご了承ください。何かご不明の点がありましたら、養護教諭（荒川）までご連絡ください。

保健室も無事に今年を終えようとしています。学校でもご家庭でも感染症対策を重視しながらの生活の中、保護者の皆様のご協力大変感謝しております。本当にありがとうございました。

新年からも、柳沢小のかわいい子どもたちと頑張っていきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

養護教諭　荒川千晶