ほけんだより



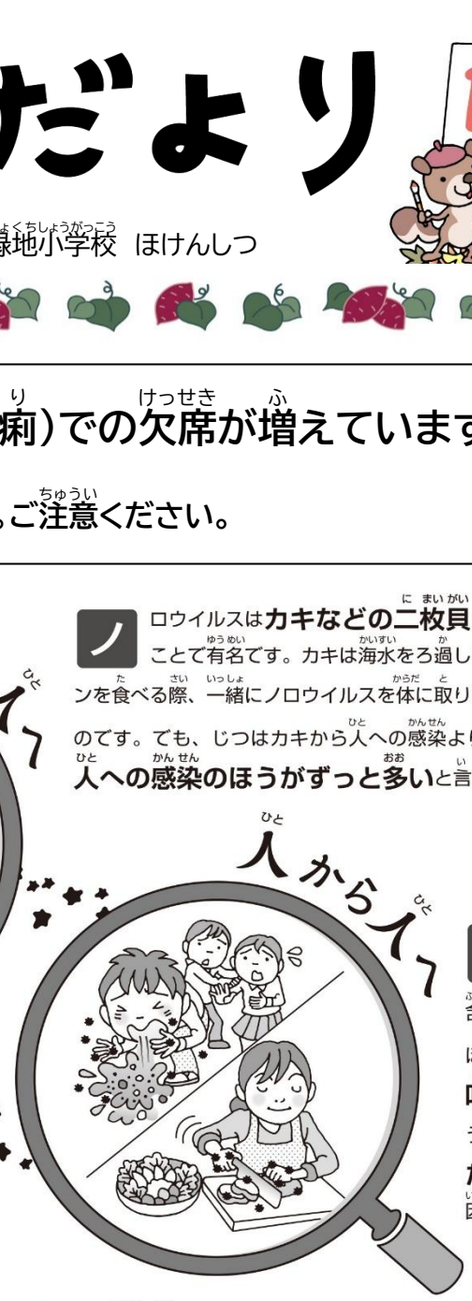
令和8年(2026年)11月　豊中市立緑地小学校　ほけんしつ

朝夕がとても涼しくなってきましたね。この季節、黄金色に色づくイチョウの葉。なんと！恐竜のいた時代から地球上に生息していたそうで、『生きた化石』と呼ばれています。秋はいろいろな木の葉が赤や黄色に美しく色づきます。この季節にしか見ることができない景色なので、ぜひ秋の景色を楽しんでみてください。

胃腸症状（腹痛・嘔吐・下痢）での欠席が増えています！

ノロウイルスも流行する季節です。ご注意ください。







ノロウイルスは**カキなどの二枚貝**から感染することで有名です。カキは海水をろ過してプランクトンを食べる際、一緒にノロウイルスを体に取り込んでしまうのです。でも、じつはカキから人への感染より、**人から人への感染のほうがずっと多い**と言われています。

感染した人の嘔吐物や排せつ物には、ノロウイルスが大量に含まれます。簡単に空気に舞い上がり、ほんの少しの量でも感染するので、**嘔吐した人の近くにいるだけ**でうつってしまうことも。**汚染された手で食品を扱う**のも大きな原因の一つです。

口から体に入ったノロウイルスは、食べ物と同様に胃を通って腸へと順番に移動します。**ウイルスがいるところに症状が起こる**ため、嘔吐が起こった後に下痢が出ることが多いです。もし順番が違ったら別の病気の可能性も。**症状の経過をメモ**しておくとよいでしょう。

ノロウイルスかな？と思ったら

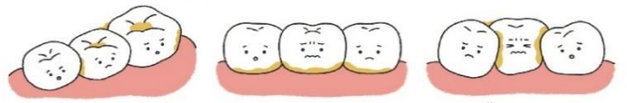
物理的に除去	ウイルス不活化
温水で流す 拭い去る	次亜塩素酸ナトリウム消毒（手の場合） エタノール消毒

を基本に対応しましょう。

11月8日はいい歯の日

鏡でcheck ✦ みがき残し0

みがき残しやすいところ



✦✦✦ みがいているとき・みがき終わったときに、鏡でチェックしましょう ✦✦✦

歯がなくなるとどうなるの？



歯は一度なくなってしまうと、二度と生えてきません。
毎日歯みがきをして、おじいちゃん・おばあちゃんになっても歯を残せるようにしましょう。



おうちの方へ



感染症による出席停止期間について

感染症による出席停止期間について、ご理解とご協力ありがとうございます。

感染症の出席停止期間は、大切な子どもたちを守るためにできる限り感染が広がらないようにする目的で定められています。『熱が下がった』『もう元気そう』と思っても、病気によってはまだ感染力を持っている場合がありますので、感染症に罹った場合は出席停止期間のご確認をお願いいたします。

感染症によって出席停止期間は異なりますので、ご不明な点がございましたら、かかりつけ医にご相談していただくか、保健室までご連絡ください。