

ほけんだより

令和6年11月29日
札幌市立開成小学校
No. 7

溶連菌感染症・マイコプラズマ肺炎に御注意ください

11月に入り、本校でも「溶連菌感染症」や「マイコプラズマ肺炎」にかかる人が、少しずつ増えてきています。咳の症状が長引く場合や、発熱・のどの痛みがある場合は、医師に相談することをおすすめします。学校では、手洗い・換気の励行、朝の健康観察等、対策に努めてまいります。御家庭でも、引き続き「朝の健康観察」をしていただき、かぜ症状のある場合は、御家庭で体を休めていただくよう御協力お願い致します。



保護者の方へ

医療券の発行について

お申込みは12/19（木）まで

就学援助を受けている方で、冬休み中に医療券を使用して治療予定の方は、申込書を担任へ御提出ください。（申込書をお持ちでない場合は御連絡ください。）冬休み中は医療券を発行できませんので、御注意ください。後から医療券を病院に出した場合、先にかかった分は、通常の負担額（3割）となります。なお、疾病ごと、月ごとに明細書が必要になりますので通院する疾病の種類、期間についてもお知らせください。

<対象となる病気>

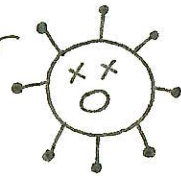
う歯（むし歯）、中耳炎、慢性副鼻腔炎、アデノイド、結膜炎、トラコーマ、寄生虫病、白癬、疥癬、膿疱疹（とびひ）
はくせん かいせん のうかしん



ふゆ

すいぶんほきゅう

かんせんたいさく

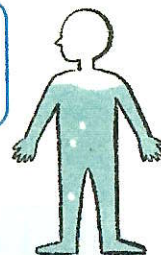


冬も水分補給で感染対策

水分をとることが必要なのは、“夏だけ”だと思いませんか？ 実は、冬も、水分をとることがとても大切。

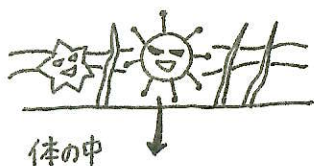
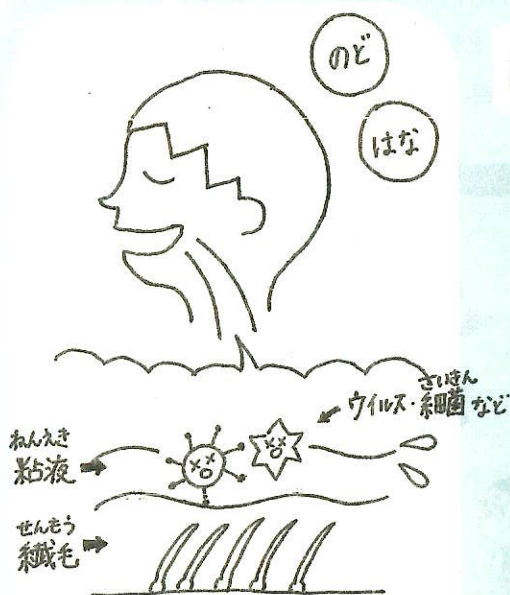
それには、2つの理由があります。

こまめに水分補給をしよう！



① ウイルスを追い出す力が高まる

のどの内側には、繊毛細胞という毛がびっしり！ のどがうるおっていると、口や鼻から入った細菌やウイルスを、繊毛細胞の運動によって「よいしょ、よいしょ」と胃に運んで胃液でやっつけて、体の中に侵入するのを防いでいます。しかし、のどが乾燥してしまうと、繊毛細胞の元気がなくなり、追い出す力が弱くなってしまいますので、細菌やウイルスが体の中に入りやすくなり、かぜや感染症にかかりやすくなってしまいます。



② 水分は白血球のエネルギー

みなさんは「白血球」という細胞を聞いたことがありますか？ これは、血液の中にある「ウイルスと戦う細胞」です。白血球は、体の水分が減ると元気がなくなってしまいます。自分の白血球に戦うエネルギーをあげるためにも、冬も水分をしっかりとっていきましょう。



よろしく
お願いします！

新しく着任しました。
保護者の皆様とともに
子どもたちの健康
面をサポートしてい
きたいと思います。



3回言えるかな！

はやくちこば
早口言葉チャレンジ！

バナナのなぞは
まだなぞなのだぞ

だ液がでて免疫力アップになるよ