

保健だより

2018. 2. 7
 海南市立第三中学校
 NO. 11 保健室

インフルエンザ 猛威

暦の上では節分を過ぎれば立春ですが、寒さが最も厳しい2月です。各地でインフルエンザの流行が拡大中です。すでに県内でもインフルエンザの発生が警報基準値を超える流行となっています。学年・学級閉鎖となる学校も増え、インフルエンザが猛威をふるっています。

1月中旬から三中にもインフルエンザの波が…1年生は学年閉鎖という事態になってしまいました。三学期が始まって、本日までに49人(インフルエンザA型5人、B型40人、インフルエンザ様疾患4人)が出席停止となりました。

今元気だという人も、まだまだ油断しないでください。特に受験を控えた3年生は、体調管理をしっかりして、それぞれの目標に向かって心も体もベストな状態でがんばりましょう。

3学期の身長・体重測定結果

身長 (cm)	男子	伸び	女子	伸び
1年生	157.5	5.8cm	154.7	2.5cm
2年生	162.8	4.9cm	155.6	1.2cm
3年生	168.5	2.9cm	158.0	1.0cm
体重 (kg)	男子	増え	女子	増え
1年生	45.1	3.2kg	47.3	2.2kg
2年生	50.4	3.7kg	50.2	1.7kg
3年生	60.4	6.2kg	53.1	1.7kg

1月に測定した身長・体重の平均値と1年間の成長をお知らせします。こんなに大きくなりました♪



♪ 1年間の身長・伸び伸びランキング♪

1位 1A	くん(9.0cm)	1位 1A	さん(5.4cm)
2位 1B	くん・2C	2位 1A	さん(4.9cm)
3位 1A	くん(8.3cm)	3位 1A	さん(4.5cm)
4位 1B	くん・3A	4位 1B	さん(4.4cm)
5位 1B	くん(8.0cm)	5位 1A	さん・1B
6位 1A	くん(7.9cm)	5位 1A	さん(4.1cm)
7位 1B	くん(7.8cm)	6位 1B	さん(3.8cm)
8位 1A	くん(7.7cm)	7位 2A	さん(3.6cm)
		8位 1A	さん・1B
			さん・3B
			さん(3.4cm)



1/9~2/7までのインフルエンザ状況

クラス	感染者数
1A	16人
1B	7人
2A	7人
2B	7人
2C	10人
3A	1人
3B	1人
全体	49人

まだまだ注意!!

インフルエンザ

こんな症状が、突然起こります

- 発熱
- 関節や筋肉の痛み
- 全身のだるさ
- 寒気
- 頭痛

早めに休養を!!

かかりやすいのは、こんなとき

- ◆睡眠不足が続いている
- ◆疲れがたまっている
- ◆人ごみに出かけた後
- ◆空気が乾燥している

流行のピークは?

例年12月下旬から3月上旬ごろ。年によっては、3月以降に大流行することもあります。

予防接種の効果は、いつまで続く?

接種後2週間から約5カ月間。シーズン終盤の流行に気をつけて!!

1シーズンに2回かかることもある?

異なる型のウイルスに感染する場合があります。

気をゆるめずに心がけよう!!

- ◆うがい・手洗い
- ◆バランスのよい食事
- ◆生活リズムを整える

かせひきさんも 元気さんも みんなでマスクをしよう♪♪

咳や鼻水、のどの痛みなどのカゼ症状のある人は、ウイルスの飛散を防ぐために必ずマスクを着用してください。

飛散しているウイルスの吸い込みを100%防ぐことはできませんが、ウイルスのついた手を口や鼻にもっていかないですむことと、のどの保湿の面から、ある程度の予防効果が期待できるマスク。インフルエンザ流行期には、発症していない元気な人にもマスクの着用をすすめています。



引き続き 感染症予防対策を徹底してください。

平成29年度・全日本学校歯科保健優良校「奨励賞」受賞

昨年度は、和歌山県歯科保健優良校表彰で“最優良校”として賞をいただきましたが、今年度も“優良校”受賞に続き、“第56回全日本学校歯科保健優良校 奨励賞”を受賞しました。これまでの歯科保健指導や保健委員会活動での歯・口の健康づくり(歯みがき等)の取り組み、歯科健診の結果などが評価されての受賞です。

今年度の歯みがきチェックの結果から

[歯みがき実施率]



歯みがき強化週間	1A	1B	2A	2B	2C	3A	3B	全校
第1回(4/19~4/27)	93.7%	87.9%	89.1%	98.2%	87.7%	98.3%	92.0%	92.0%
第2回(6/1~6/9)	99.6%	97.2%	99.4%	98.2%	96.0%	97.4%	98.7%	98.1%
第3回(7/10~7/14)	96.9%	98.6%	96.7%	96.8%	91.2%	98.7%	96.6%	96.6%
第4回(8/28~9/1)	91.0%	96.7%	92.6%	83.6%	88.8%	90.9%	98.2%	92.6%
第5回(10/4~10/13)	100%	99.5%	96.5%	98.3%	99.4%	99.1%	100%	99.0%
第6回(11/13~11/17)	100%	99.4%	96.0%	97.6%	99.2%	96.9%	95.8%	97.8%
第7回(1/15~1/19)	100%	98.6%	96.0%	95.0%	94.7%	93.3%	94.0%	95.8%

