

OASIS

(ほけんだより) VOL.7

令和7年10月31日

松原第四中学校 保健室



朝晩の寒さが増してきて、ようやく秋らしくなりましたね。まだ体は寒さに慣れていないため、風邪や腹痛を起こしやすい季節です。また、今年は例年に比べてインフルエンザの流行入りがとても早くなっています。今一度、自身の生活習慣を見直し、ウイルスに負けないじょうぶな体づくりを意識していきましょう。

協力ください

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症に罹患した場合は定められた期間、登校することができません。感染を拡大させないためにもご理解をお願いいたします。

学校感染症の出席停止期間について

発症日を入れてね

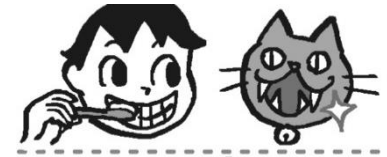
登校再開日早見表

元気回復

	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日
新型コロナウイルス	★	症状軽快					登校再開		
	★		症状軽快				登校再開		
	★			症状軽快			登校再開		
	★				症状軽快		登校再開		
	★					症状軽快	登校再開		
						症状軽快		登校再開	
発症	★	コロナもインフルもここは同じ / 基本「発症日を0日目として5日を経過するまで」						コロナは「かつ症状が軽快した後1日を経過するまで」 インフルは「かつ解熱後2日を経過するまで」	
インフル	★	解熱					登校再開		
	★		解熱				登校再開		
	★			解熱			登校再開		
	★				解熱		登校再開		
	★					解熱		登校再開	
						解熱			登校再開

※ 左記の感染症は医療機関の逼迫を避けるため、医療機関で記入していただく登校許可書の提出は必要ありません。
出席停止期間終了後、学校まで経過のご報告(発症日や解熱日、受診した医療機関など)をお願いいたします。

11月8日は「いい歯の日」



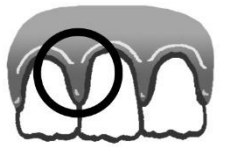
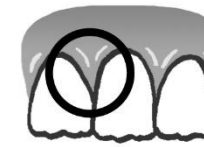
歯肉炎は歯肉が腫れたり、出血したりする病気です。毎日のケアが大切です。

あなたの歯肉は健康ですか？

①色、②歯間部の形(○で囲んだ部分)、③感触、④出血について、チェックしてみましょう。

健康な歯肉

歯肉炎



①ピンク
②三角形
③きゅっと引き締まっ
て硬い
④出血なし

①赤い
②丸い
③腫れてブヨブヨ
している
④刺激により出血する

- 起床時に口の中がネバネバする
- 歯みがきの際に出血することがある
- 硬いものが噛みにくい
- 口臭が気になる
- 歯肉が腫れている
- 歯肉が下がり、歯と歯の間に隙間がある
- 歯がぐらつく

令和7年度 大阪府よい歯・口を守る学校・園表彰で、優良校に選ばれました。
四中生のむし歯保有者が少ないこと、きちんと治療をしていることだけでなく、積極的に病気の予防に取り組んでいることを評価していただきました。