

11月8日は

いい **歯** の日



11月8日はいい歯の日です。将来にわたって健康な歯ですぐすことは、とても大切です。

正しく歯みがきができていないか、むし歯になっていないかなどを、この機会にあらためて見直してみることも大切です。

健康な歯のためにも、定期的に歯科医院などで検査してもらおうとよいでしょう。

### 歯科検診のお知らせ

11月18日(水) 9時から歯科検診検診があります。当日は朝食後、歯磨きを忘れずにしてきてください。

※保護者同伴ではありません

### 内科健診のお知らせ

- 11月10日(火) うめ・たんぽぽ 13時15分~13時40分 受付  
すみれ 13時45分~14時05分 受付
- 11月11日(水) さくら 13時15分~13時40分 受付  
ひまわり 13時45分~14時05分 受付
- 11月12日(木) ゆり 13時15分~13時40分 受付

※きょうだいがいるところは上のクラスで受けてください。

※保護者同伴ですので時間厳守をお願いします。

※母子手帳を必ずご持参ください。

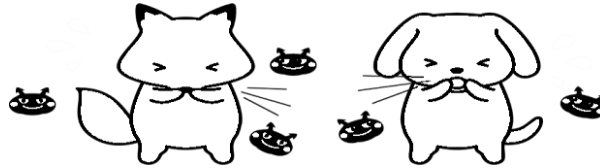
## 保健だより

令和2年度 11月号 若葉保育園

寒暖の差で体調を崩すことが多い季節です。体調の変化は見逃さないように気を付けていますが、前日や朝の様子などで何か気になることがありましたら、登園時などにお知らせください。

最近は季節に関係なくいろいろな病気が出ています。玄関の掲示板に、流行っている病気を掲示していますのでご覧ください。

感染症にかかった場合は、必ず受診し、登園は医師の許可が出てからにしましょう。



### インフルエンザとかぜの違い

インフルエンザとかぜの違いは、主にウイルスの種類と症状です。違いを知って、初期症状の段階で適切な処置ができるようにしましょう。

	インフルエンザ	かぜ
感染力	強い	強くない
初期症状	強い寒気、頭痛、悪寒	くしゃみ、鼻水、喉の痛み
発熱	急性 (39~40℃)	徐々に上がる (37.5℃)
筋肉痛	全身 (腰、関節、筋肉など)	軽い
くしゃみ、鼻水	後から少しある	最初からある
咳	強い	軽い
目の充血	しばしばある	あまりない
経過	やや長引く	短期間で治ることが多い
免疫	3~4ヵ月	短期間

### 予防接種を受けよう!

感染力の強いインフルエンザにかかりにくくなり、発病しても重症化するのを防ぎます。接種を受けてから抗体ができるまでには約2週間かかるので、10月~12月頃には接種を済ませておきましょう。

