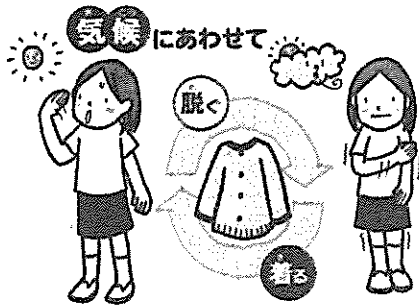
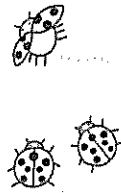


たんぽぽ



日が暮れるのが少しずつ早くなり、6時バスの時間には薄暗く感じられるようになってきました。夏から秋に季節がかわる今の時期は、暑かったり寒かったりと気温の変化にとまどうことがあります。1・2年生は明日から秋の西部地区総体があります。朝の集合時は長そで・長ズボンで身体を冷やさないようにしてください。また、日中の活動時には水分補給をこまめにして熱中症対策を忘れずにしましょう。10月は文化祭や県馬駅伝などの行事が続きます。体調管理も実力のうちです。しっかりきばみましょう。

感染症を気にする季節が近づいてきました



鳥取県感染症流行情報

(期間 9月12日—9月18日、衛生環境研究所)
(9月21日作成)

疾病名	東部	中部	西部
インフルエンザ	×	×	×
感染性胃腸炎	△	△	△
水痘 (水ぼうそう)	×	△	×
流行性耳下腺炎 (おたふくかぜ)	◎	×	△
手足口病	×	×	×
ヘルパンギーナ (夏かぜ)	○	×	×
咽頭結膜熱	○	○	△
A群溶血性レンサ球菌咽頭炎	○	△	○
流行性角結膜炎	○	◎	×
マイコプラズマ肺炎	△	△	×
伝染性紅斑	△	×	△
RSウイルス感染症	△	×	◎

★警報発令中 ◎流行している ○やや流行している △散発 ×患者発生極少又はなし

インフルエンザの流行時期は気温が低く乾燥した12月からなので"まだいっせいはいいませんが"、感染症の流行情報を時々チェックすることは予防・対策に有効だと思います。

RSウイルス感染症が

9月中旬
感染症の
状況

鳥取県西部地区で
流行しています。

☆RSウイルス感染症とは、
呼吸器系の感染症で、
乳児が見がかることが多い。

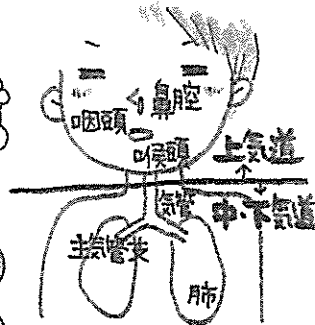
まず、鼻汁・咳など上気道に症状が現れます。発熱することもあります。小中学生～大人にとってはいわゆるかぜ症状をひきおこすウイルスの1つで、1・2週間で治ります。しかし、乳児や高齢者は重症化しやすいので注意が必要です。繰り返す事が、上気道の炎症が中・下気道へひろがり、咳がひどくなったり(咳の増強)、せせせしたり(呼吸性の喘鳴)、また気管支炎などを発症することもあります。

今からもう?! ですか...

3年生*入試対策

帰宅後のうがい
食事前の手洗い

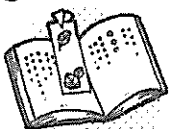
受験当日、元気に会場へ行くことができるように、今から習慣にしましょう。



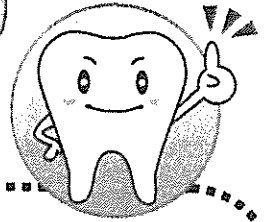
【10月の保健目標】

目にやさしい生活をしよう

視力の矯正のための器具として、一般的にはメガネが多く使われていますが、最近では中学生でもコンタクトレンズを使う者がみられるようになってきました。装用すること自体に大きな問題はないようですが、洗浄などのケアの方法などに注意すべき点があります。また、メガネも常備しておく必要があると思います。利便性も大事ですが、適切な視力矯正のため、眼科の定期的な受診・相談をよろしくお願いたします。

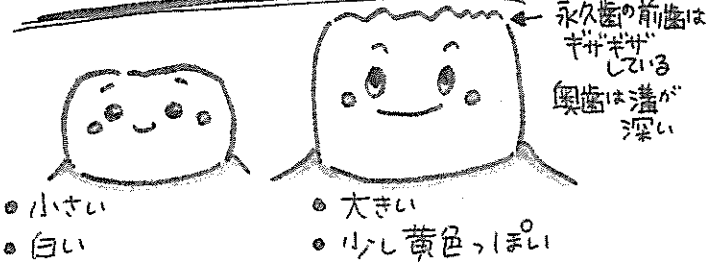


鏡を見て
磨こう☆



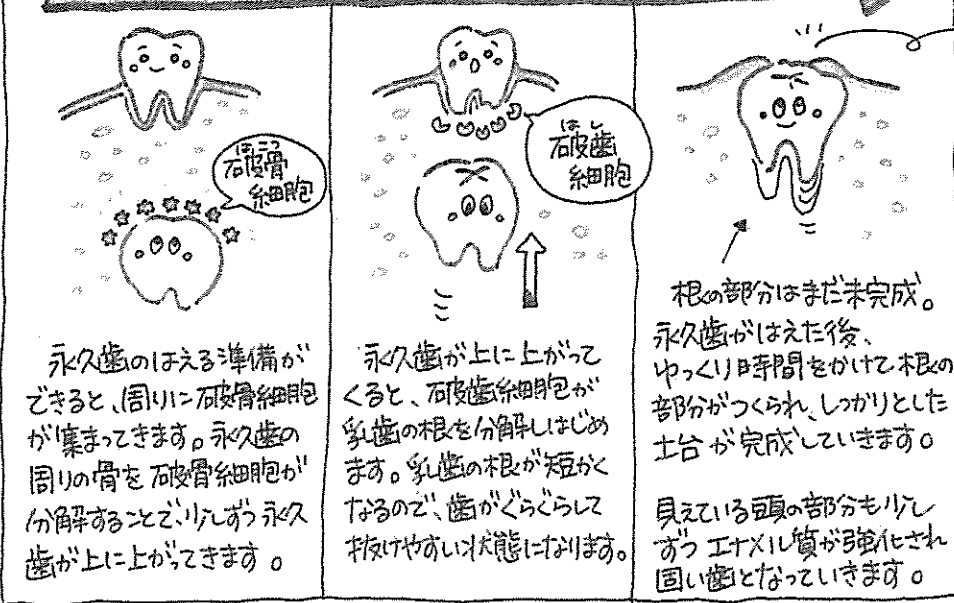
「はえかわる歯の秘密」

乳歯と永久歯の違い

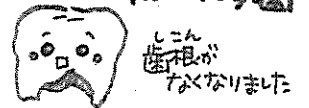


七つの歯は、一生の中で一度だけ、
乳歯から永久歯へと**はえかわります**。
小学校低学年の頃には乳歯が抜け
はじめ、中学3年生の頃になると
永久歯が**はえそろうよう**になります。

あごの骨の中で こんなことが起きています



観察してみよう 抜けた乳歯



乳歯が**永久歯**の**まだと**、
破骨細胞がうまく働か
ないことがあつて、**永久歯**に
抜けないことがあります。

その為、その場所には
はえてくる**予定の永久歯**が
横の方からでることが
あります。

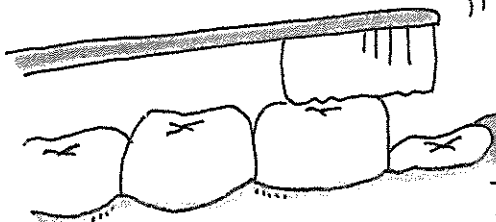
乳歯の治療、大事です。

永久歯は長い時間をかけてはえがわり、つくられていく



前歯から**抜けはじめ**、奥歯へと**少しずつ** 長期間かけてはえがわっていきませんが、
歯ができあがるまでに、実は**長い期間**がわかっています。はえて完成、では
なくて、乳歯は約2年から3年半、永久歯は9年から14年もの年月をかけてつくられ
ます。成長期の今、3食食べる、カルシウム・たん白質・ビタミンを充分摂るなど
身体をつくることで、歯をつくることに大きく関わっています。改めて**食を大切に**...◎

☆ はえがわりの時期の注意点 ☆



次々と**はえかわる**小・中学生の時期は、
歯の背丈がそろわず、**でこぼこの状態**になります。
でこぼこしていると、歯が**みがきにく**なったり、
歯の間に**食べもの**が**つまりやす**くなります。

丁寧に**みがくこと**で、むし歯や歯肉炎を**予防**しましょう！

