



新型コロナウイルス感染症の第3波が来ています。皆さんは十分な対策ができていますか？日本ではこれまでに約14万人が新型コロナウイルス感染症と診断されています。この感染症の影響で本校の修学旅行の行き先が関西方面から熊本方面に変更となりました。2年生が修学旅行に無事に行くことができるよう、天草中学校全員で感染症対策をしましょう。

また、去年の今頃は、感染性胃腸炎が流行しています。今後は、感染性胃腸炎やインフルエンザ感染症への注意も必要です。

予防 感染症

☆正しい手洗い

☆自分の抵抗力を上げる(十分な睡眠・栄養)

☆マスクの着用や3密を避ける、教室の換気

☆寒くなる季節ですが、友達同士でくっつかないようにお願いします。

☆毎朝のヘルスチェックでは体温と風邪症状の確認をしています。

忘れずに提出をお願いします。



こんな時は、自宅で休養し、学校に連絡をお願いします。

○新型コロナウイルス感染症の感染が判明した場合

○感染者の濃厚接触者に特定された場合

○PCR検査を受けることになった場合

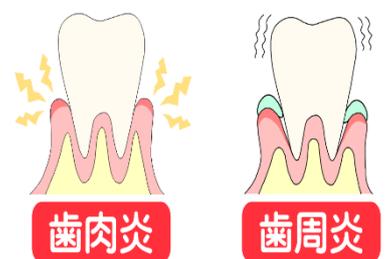
○37.5℃以上の発熱や、風邪症状、息苦しさ、倦怠感、味覚・嗅覚に異常がある場合



11月8日はいい歯の日でした。本校は7月に歯科検診を実施し、治療が必要な人は治療に行ってくれました。ただ、むし歯はなくても、歯肉の状態が悪い人が12%いました。そこで、今週は1、2年生に歯周病について保健指導をしました。

歯と歯肉の間の溝に歯垢がたまり、細菌が入り込み、歯肉の中の血管が腫れ、出血してくるのが歯肉炎、歯肉炎の状態が長く

続き、炎症がひどくなると、歯肉がさらに腫れ上がり、歯と歯肉の間の溝が深くなります。そして、歯肉が化膿し、歯を支えている顎の骨が細菌の出す毒素でだんだん溶け始めます。これが歯周炎です。



歯周病予防のポイントは、①食べ物、②歯磨きです。①食べ物はよく噛むことで、唾液が出て、口の中をきれいにしてくれます。できるだけ歯ごたえのあるものをよく噛んで食べましょう。②食後の歯磨きはみなさんできていると思います。歯ブラシが届かないところは、デンタルフロスや歯間ブラシなどを使うと良いです。



歯や歯肉に良い食べ物