

## かぜ症状でのお休みが増えてきました。



のどが痛い、鼻水が出る、頭痛がするといった症状で学校をお休みする人が増えてきました。

気温が下がり空気が乾燥すると、風邪やインフルエンザのウイルスが活動しやすくなります。新型コロナウイルスについても、感染者が全国で増えてきています。

これらのウイルスが人の体内に入ると、鼻の奥やのどに住み着こうとします。そこからさらに奥に進むと、肺まで進みます。肺にまでウイルスが進むと、症状が重くなります。ですから人の体は、そうさせないようにウイルスと闘います。のどや鼻にある粘膜では、粘液が流れていてウイルスを追い出します。それが鼻水です。のどにも粘膜がありウイルスが入ってきたときに闘いますが、のどの粘膜は、空気が乾燥していて寒いときは働きが鈍くなり、ウイルスや細菌に襲われると負けてしまい炎症を起こします。そうすると、のどが痛くなります。また、声がかすれるのは、のどにある声帯という場所が炎症を起こすからです。



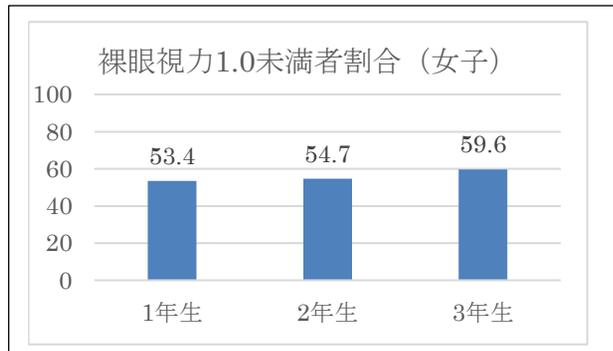
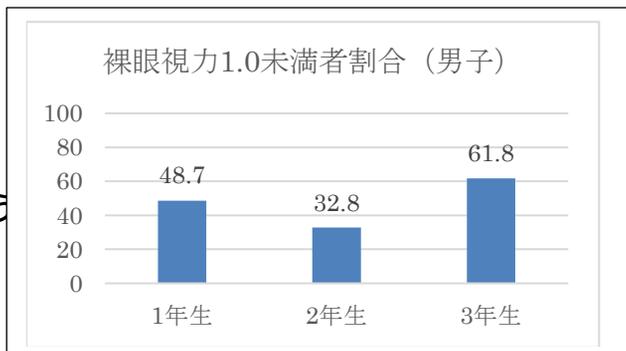
このようにみなさんの体は、ウイルスと闘う力を持っています。しかし、体の抵抗力が弱まっていたり、たくさんのウイルスが一度に体に入ってきたりすると負けてしまいます。マスクでウイルスの侵入を防ぎ、しっかり体を保温し、十分な睡眠で体を整えるなどして、風邪やインフルエンザ、新型コロナウイルスなどの感染症にかからないように予防を徹底しましょう。

## 健康診断結果をお知らせします

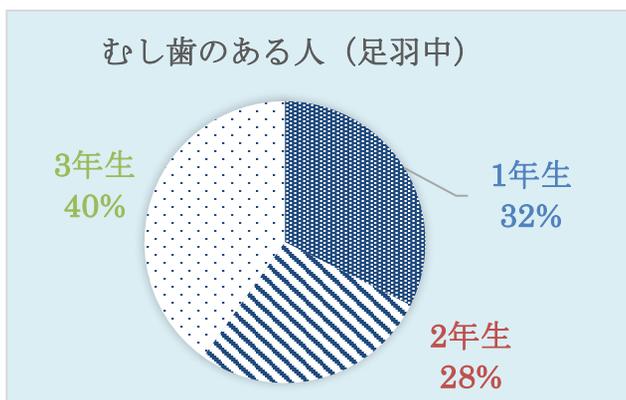


今年6月に視力検査、9月、10月に歯科検診を実施しました。結果は下のグラフの通りです。

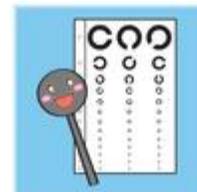
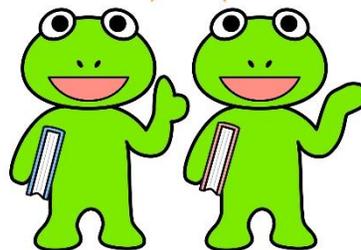
### (視力検査)



### (歯科検診)



視力1.0未満者とは、**視力がB、C、Dの人**です。足羽中の女子を見ると半数以上が1.0未満者です。



## むし歯がある人は早めに治療してください



歯科検診が終わり、検診結果をみなさん一人ひとりに配布しました。自分の結果を確認しましたか。まだの人は必ず確認してください。**むし歯があります**に○がついていたら、歯科医で受診し治療をしましょう。**治療が済んだ人**は、治療証を担任に提出してください。**歯肉に病気がある人、歯石がある人**に○がついている人も歯科医で受診をして、歯周病に進まないように早めに治療をしましょう。