



令和7年11月6日
山口大学教育学部附属幼稚園
保健室

11月15日はみなさんの成長を喜び、健康と長寿を願う七五三です。みなさんの中にも晴れ着を着て神社に行ったり、千歳飴を食べたりする人がいるでしょう。健康に過ごすためにも手洗いうがい、早寝早起きなど規則正しい生活を意識しましょう。

附属幼稚園の子どもたち

運動会



みんなの願いが届いたのか本番はとても晴れていましたね。一生懸命走ったり、跳んだり、運んだり・・・太陽に負けないくらい、子どもたちも一人ひとり輝いていた運動会でした。私の好きな光景の一つが、メダルを見せ合いっこしている姿です。お互いに頑張ったね、楽しかったねとメダルを通して共感し合っているように見えて嬉しくなりました。



11月身体測定

先日、全国学校歯科保健研究大会に参加しました。口腔のことについて学ぶことができたので、子どもたちにも伝えたいと思い、11月の身体測定のときに、お口についてお話ししました。お口の一番の働きは、『栄養』を体内に入れることです。その他にも、『笑顔をつくる、お話しをする、鼻での呼吸を助ける』があります。健康に生活するために必要なお口を上手に使うことができるように、また、いつまでも元気なお口でいるために「はっけよいアニマル体操」を子どもたちと一緒に行いました。お家でもぜひ体操を試してみてください。



また、お口の健康のために気をつけて欲しいことがあります。ご飯を食べるとき、『お口を閉じて奥歯でよく噛んで食べてください』。お口を閉じることで頬やこめかみがよく動きます。咬むための筋肉を使って咬むことでお口のトレーニングになります。さらに、口腔機能の問題は、お口の周りの筋肉だけ考えてはいけません。全身の筋肉がしっかり育っていないと姿勢を保つことができず、咬む機能も十分に育つことができません。まずは『食べるときに正しい姿勢を意識してみてください』。

「お口ポカン」知っていますか？

お口ポカン(口唇閉鎖不全)は口腔機能発達不全のわかりやすいサインの一つです。全国小児歯科開業医会などが行った3～12歳のお子さんを対象とした全国大規模調査により、お口ポカンを持つお子さんが約30%であることが報告されています。

お口ポカンは常に口が開いてしまうため、舌の位置が下がり、上あごの成長不足や舌側(内側)への歯の傾斜により歯並びに悪影響を与えます。また、口呼吸にもつながり、様々な症状を引き起こすことがわかっています。

口腔機能の発達不全やお口ポカンを解消するためには、正しい噛み方を身につけることが重要です。正しい噛み方を身につけて、口周りの筋肉や骨の成長を促しましょう。

【噛むこと研究室 子どものお口の機能発達と噛むことの重要性を参照】

インフルエンザ

なぜ出席停止なの？

「解熱した後、2日を経過するまで」
のわけ

インフルエンザに感染すると、1～3日の潜伏期間の後、急に発症（発熱）します。感染した人からウイルスが出るのは、発症前の1日と発熱の期間（3～5日くらい）、そして解熱後2日間くらいです。

出席停止期間

発症した後5日を経過し、
かつ 解熱した後2日を経過するまで

※医師が感染のおそれがないと判断した場合は、これより早い時期でも登校可能

「発症した後、5日を経過」のわけ

インフルエンザの治療薬を服用すると、ウイルスが残ったままでも2日くらいで熱が下がることがあります。この場合、解熱後2日を過ぎても感染力が続くため、「発症した後、5日を経過」するまでは出席停止です。

最低基準	発症した後5日を経過	発症日 (発症当日0日目)	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後5日を経過した後		
								発症後 6日目	発症後 7日目	発症後 8日目
例1	発症後1日目に 解熱した場合	発熱（発症）	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	解熱後3日目	発症後5日目 なので登園×			
		出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登園可能		
例2	発症後2日目に 解熱した場合	発熱（発症）	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	解熱後3日目			
		出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登園可能		
例3	発症後3日目に 解熱した場合	発熱（発症）	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	解熱後3日目		
		出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登園可能	
例4	発症後4日目に 解熱した場合	発熱（発症）	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	解熱後3日目	
		出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登園可能

安全だより

不審者侵入時対応訓練

10月31日(木)に幼稚園・小学校合同で不審者侵入時対応訓練をしました。今回の不審者は刃物を持っている想定です。保育者は窓、ドアを締め切り、中に入らせないように努めました。不審者は、幼稚園まで移動し、窓を叩いたり、叫んだりしましたが、子どもたちは、落ち着いて静かに身をひそめることができました。そのおかげで不審者に居場所を知られることはなく、終えることができました。その後、少年安全サポーターの田中さんから「いかのおすし」についてドラえもんのお話をしていただきました。お家でも話題にしてみてください。



いかない

のらない

おおごえでさけぶ

すぐにげる

しらせる

