

# ほけん病あり 1月

日に日に寒さが増してきます。まだ水戸付近はインフルエンザ等の感染症はほとんど流行してはいませんが、盲学校でも風邪のような症状がある人が増えています。ご飯をしっかり食べて、しっかり寝る、手洗いを忘れないことを心がけましょう。

## 感染症予防の準備をしよう

寒くなり、空気が乾燥してくると、風邪やインフルエンザなどのウイルスは元気に動き回るようになります。10月は茨城県全体で一週間のインフルエンザ発生数は70名ほどでした。しかし、去年は12月ごろから増え始め、1月のピーク時には一週間に県全体で6000名ほどになりました。

- ★早めの予防接種をお願いします  
→感染した場合も症状が和らぎます
- ★咳エチケットを身につけましょう  
→保健室前の廊下をチェック！
- ★こまめに手を洗うことがウイルスの侵入を遠ざけます

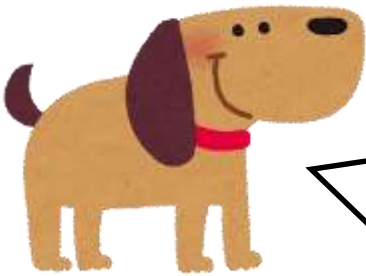
予防接種はお済みですか？



# 動物にむし歯はあるの？

人は歯磨きをしないとむし歯になります。では、動物にむし歯はあるのでしょうか。

## ペットのいぬ



むし歯になるほどたくさん砂糖をとることがないから、めったにむし歯にはならないよ。ヒトみたいに甘いものをたくさんとると、むし歯になるかもしれないな。

## 野生のライオン



むし歯にはならないよ！ライオンが食べるものは、肉。肉には砂糖が含まれていないし、口の中にむし歯菌もいないんだ。

むし歯になる動物と、ならない動物の違いがわかりましたか？ポイントは、砂糖です。砂糖がむし歯菌のえさとなり、歯を溶かす「酸」を作ります。むし歯の予防にはまず、砂糖をとりすぎないことが大切です。また、甘いものを食べたら口をゆすいだり、普段からこまめに歯磨きをする習慣をつけたりして、歯についた砂糖を洗い流しましょう。★11月8日は「いい歯の日」

