

‘元気るんるん’は湯田小学校のほけんだよりです。

2022(令和4年)12月8日
福山市立湯田小学校

元気るんるん



♪真っ赤なお鼻のトナカイさんは・・・で始まるクリスマスソングは誰でも知っているとおもいますが、このトナカイには素敵なエピソードがあるのをご存知ですか？トナカイの名前は、‘ルドルフ’。生まれつき真っ赤な鼻をしていたルドルフは、その鼻がコンプレックスでしかありませんでした。ところが、ある日のクリスマスイブ、深い霧のために出発できず困っていたサンタクロースが、鼻がピカピカ光っているルドルフを見つけ、「君の赤い鼻はみんなと違うけど、暗い夜道を照らすことができる。君の力が必要なんだ！」と、先頭を走るようお願いし、無事にプレゼントを届けることができたのです。コンプレックスでしかなかった赤い鼻のおかげで、ルドルフは世界中の人気者になり、それからというもの、世界の人々に、夢と希望を運ぶ手伝いをし続けているのです。「足下を掘れ、そこに泉あり」という言葉通り、幸福は意外にも身近にあり、自分が持っているのかもしれないね。



12月の健康目標

< 寒さに負けない体をつくろう！ >

保健室物語



・・・ある日の保健室。
Aちゃんがやって来て、「けがをしたのでみてください。」と言ったので、見るとひざにすりきず・・・
「どうしてけがをしたの？」と聞いたら、「立ってたら転んだんです。」
「なぬッ！立ってたら転んだと？！」
「はい。立ってたら急に転んじやったんです。」
「立ってただけなのに～、急に転んだと？」
「はい。」
なんとお！Aちゃんは、そのように、いたって

まじめにお答えになったのでございます。
「地面がゆれるとか、凍っていてすべりやすくなるとかじゃないと、普通は立ってだけじゃあ、転ばんよね。」
「きっと、地面がゆれたんじゃないですかね。うふふ・・・」
「それって、超常現象じゃん。怖すぎるううブルブル・・・でも、それを普通に話しているAちゃんの方が、もっと怖いかもおおおブルブル・・・」
クワバラクワバラ・・・

新型コロナ 新変異種「XBB」「BQ. 1. 1」とは？

政府からの正式発表はまだですが、日本医師会からは、新型コロナの流行が「第8波」に入ったとの発表がありました。今、日本で流行しているのは「オミクロン株」といわれるウイルスですが、次に流行するのではないかとされているのが、新変異種の「XBB(グリフォン)」と「BQ. 1. 1(ケルベロス)」で、「グリフォン」はオミクロンBA. 2系統、「ケルベロス」はオミクロンBA. 5から派生したウイルスとみられています。

「グリフォン」と「ケルベロス」の流行には、世界的な地域差があって、「グリフォン」は、インドやシンガポール、「ケルベロス」は、アメリカやヨーロッパで流行していて、日本は、「ケルベロス」が主流になって置きわって行くのではないかとされています。



◆ 「グリフォン」と「ケルベロス」の特徴

- ① これまでの「オミクロン株」よりも感染力が強く、瞬く間に周囲の多くの人に感染が広がる。
- ② 感染力は増強しているが、重症化率などの毒性は、これまでの「オミクロン株」と同じくらい。
- ③ ワクチンの免疫効果をすり抜けて、感染させてしまう‘免疫逃避’が従来株より高くなっていると考えられている。

↓
* しかし、追加のワクチン接種で、一時的に感染防止効果が高めることが期待でき、重症化を防ぐ効果があります。ブースター接種(ワクチンの効果を高め、持続させるための追加接種)で重症化予防効果が高まる「3回目」までをきちんと接種しておくことが大切です。4回目以降は流行のピークの直前に接種することが望ましく、現在の、この第8波のタイミングとしては、年末年始の接種が効果的といえるでしょう。

◆ 新変異種に対する感染対策

ウイルスは、これからも変化し続けますが、基本的な感染対策は変わりません。基本を徹底することが大切です。

* 「健康観察カード」で体調チェックしよう！

お子さまと、ご家族の健康管理をお願いします。かぜ症状(のどの痛み、咳、鼻水、頭痛等)があっても、熱がなければ登校する人がいますが、新型コロナの初期は熱が出ず、のどの痛みや咳だけの人もいます。熱があるか、ないかの判断ではなく、かぜ症状があるか、ないかの判断でお願いします。



マスクをつけるモン

マスクは着けた方がいいときと、着けなくてもいいときがあります。そのポイントは、「飛沫」を浴びたり、吸い込むリスクがあるか、ないか、リスクが大きいか、小さいかです。人との間隔、換気状態、会話の有無等で判断し、自分の体を守るため、マスクを活用しましょう。



くっつかないモン
#KeepDistance



手を洗うモン
#WashHands



換気をするモン
#OpenWindow