

## Para levar uma vida escolar saudável

健やかな学校生活のために



Entramos no ano novo, com o término do ano de 2020, ano de fúria do contágio do novo coronavírus. O ano de 2021 também terá que ser dado continuidade na prevenção de infecção do novo coronavírus através do “Informativo sobre infecção das escolas de Yokkaichi”. Esperamos pela continuidade da colaboração de todas as famílias que acompanhem os assuntos referente aos cuidados com a saúde e que sirva de exemplo para prevenção contra o vírus. Esperamos que vejam sempre os informativos juntos em famílias.

※『よっかいちしきょういっくいんかい』は四日市市ホームページでもご覧になれます。

yokkaichi kansenshoudoyori  
四日市 感染症だより



### ! Para prevenção do contágio devem ter como "costume" ~medidas tomadas contra doenças infecciosas na escola~

Um médico do centro especializado sobre infecções, diz que as medidas contra doenças infecciosas “não é uma corrida de curta distância e sim uma maratona”. É importante que continuem daqui para frente com as medidas básicas e certas de prevenção do contágio.

#### 【3 pontos de prevenção da infecção】

Do “Manual de gestão de higiene, Ver.5” do Ministério da Educação

(1) Cortar fontes de infecção.	Evitar trazer o vírus de fora!	◇ Caso tenha sintomas de febre e outros, não forçar para ir a escola e deixar descansando em casa.
(2) Cortar rotas de infecção.	Não colocar o vírus para dentro do corpo!	◇ prevenir contra a infecção de gotículas...uso de máscara, ventilação ◇ prevenir contra a infecção de contato...lavar as mãos, não relar nos olhos, nariz, boca.
(3) Aumentar a Resistencia.	Não perder do vírus!	◇ Sono suficiente ◇ Exercício apropriado ◇ Alimentação balanceada

(1)e(2)Tendem a ser notados, mas o (3)também é um ponto importante!  
No 3o. quadrimestre também, pedimos a cooperação da escola e a família para o máximo da prevenção de infecção.



#### Perguntas e respostas em relação a prevenção de contágio (Q & A)

Perguntamos ao Dentista da Associação das enfermarias escolares de Yokkaichi

Q. Está ficando longo a vida de uso da máscara. Quais os cuidados necessários para proteger a saúde da boca e dentes?

O problema mais típico que ocorre na pele devido ao uso de máscara, são as espinhas e irritação da pele. O motivo é o ressecamento. Para esta prevenção é importante a hidratação. A saúde da boca e os dentes também são semelhantes a pele. Portanto dentro da boca e a parte superficial dos dentes estiverem ressecados, não é muito favorável. O hidratante que se encontra dentro da boca é a saliva. A saliva possui a função de desinfecção, proteção, ação digestiva, remineralização.

O adulto tem baixa produção de saliva devido ao envelhecimento, quanto a causa da boca ressecada da criança deve-se ao fato da maioria ser respiração bucal (respirar pela boca). O aparelho respiratório do ser humano são: nariz • garganta • laringe • traquéia • pulmão, e não pela boca. Se estiver sempre com a boca aberta, se encontra em condições desprotegida, facilitando a entrada de bactérias e vírus para o interior do corpo. Este pode ser um dos motivos dos dentes se encontrarem com mudança de cor, acúmulos de sujeiras, inchaço da gengiva, forte mal hálito.

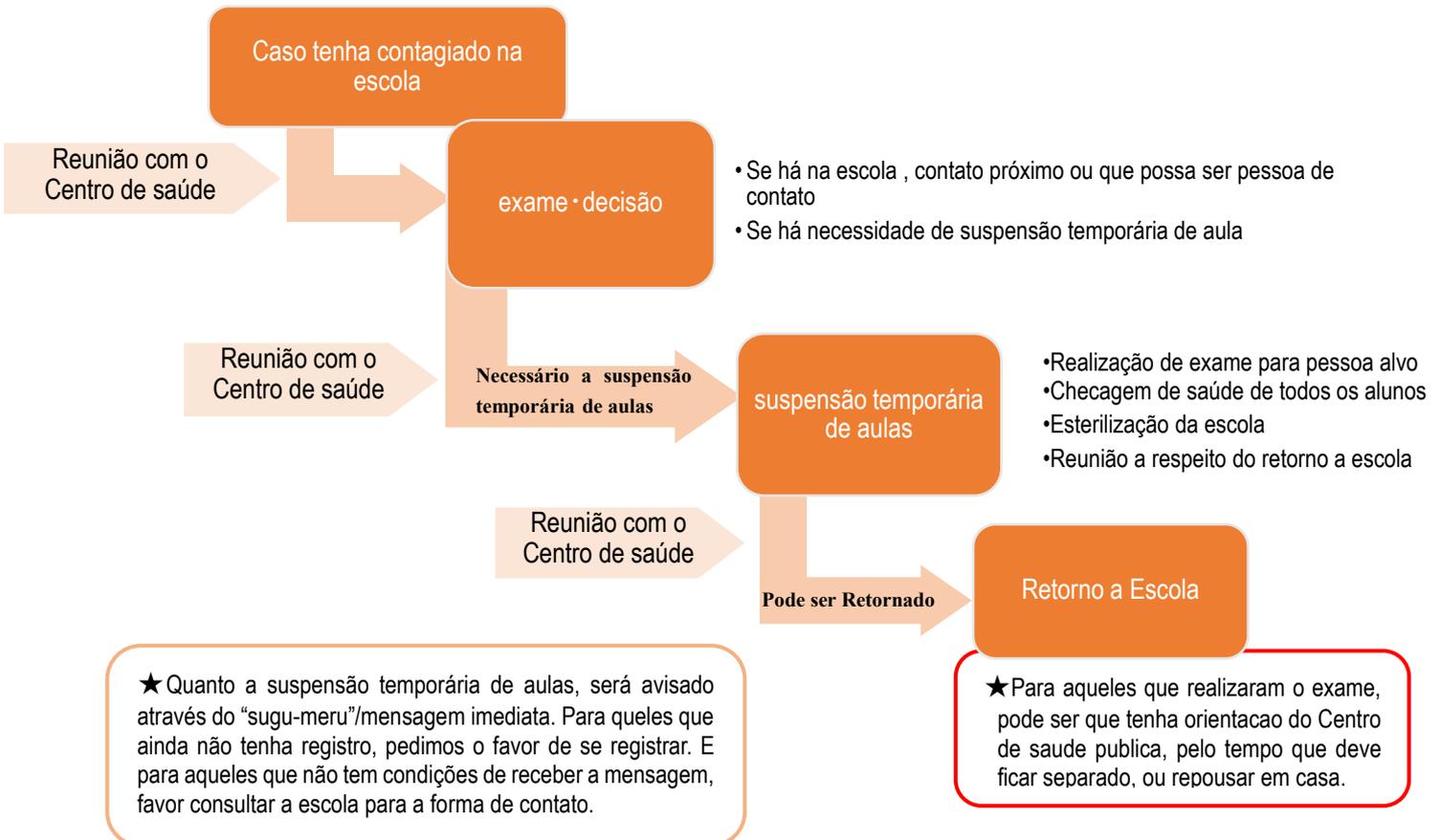
Será que não estão de boca aberta dentro da máscara? Vamos mastigar bastante durante as refeições para que produzam bastante salivas. E vamos respirar pelo nariz.



理事 井上 博先生  
dentista da escola  
(学校歯科医)

## Caso tenha contagiado ~ Forma de pensar sobre a suspensão de aula\*\*\*

Em casos de infecção do novo coronavírus em aluno ou professor, a Secretaria da Educação fará a decisão junto com o Centro de saúde pública referente a necessidade de serem suspensas as aulas temporariamente. Durante a suspensão temporária de aulas, será realizado exames nas pessoas com contato de risco, e ou nos alunos em geral através de checagem de condições de saúde, entre outros. E conforme o resultado de condições de saúde, será realizada uma nova reunião para até que retornem as aulas normais, onde é necessário por volta de 1 à 3 dias. Esta informação será avisada através do "sugumail"/mensagem imediata. Aos pais e responsáveis, pedimos o grande favor para a checagem da saúde do aluno durante o período de suspensão temporária de aulas, procurando ao máximo evitar que o aluno saia de casa para a prevenção de contágio. Contamos com a colaboração para a prevenção.



**Favor avisar sem falta se for decidido para que o(a) aluno(a) ou alguém da família for fazer o exame do Novo coronavírus, avisar sem falta!**

★ mesmo que ocorra os dois casos ①②, e até que saia o resultado, pedimos a colaboração para que a criança fique em casa.

( será considerado como suspensão de frequência escolar).

Segunda à sexta-feira Para a Escola: Primária das 7:45hs às 18:00hs Secundária das 7:45hs às 19:00hs	Sábado, Domingo e feriado Telefone privado das 9:00hs às 17:00hs 090-7916-0861 / 080-2642-0967
---	---

Informação:

Secretaria da Educação de Yokkaichi, Departamento de Educação das Escolas, Encarregados da Saúde alimentar  
四日市市教育委員会 学校教育課 保健給食係 TEL 354-8252