

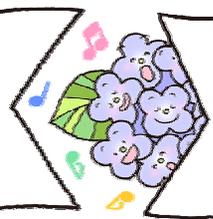
げんきです!

6月の保健だより

2012年6月

ND小 保健室

松田 直子



6月に入り、汗ばむ季節になりました。これからますます暑くなっていきます。保健室でみなさんのようすを見てみると、時々、ハンカチを持っていない人がいます。毎日、ハンカチを(ティッシュも)忘れずに持ってきてみましょう。そして、汗をかいたらハンカチでふくようにしましょう。



保護者の方へ

5月の健康診断の結果、病気の疑いがある人にお知らせ用紙をお渡しました。早めに病院に受診し、その結果を学校にお知らせください。耳鼻科と眼科はプール学習までに受診をお願いします。

水泳学習のある日は、必ず、お子様の健康チェックをしてください。健康チェックカードに朝の体温を記入し、押印してください。



プールOK? チェックリスト

プール学習が始まります!!

元気に、そして安全にプール学習に参加するために、毎朝、忘れずに健康チェックをしましょう。

熱はありませんか?



体調はいいですか?

下痢をしているときや、目が赤くなっているときなど、からだの具合がわるいときには、プールに入れません。

前の日によく眠れましたか?

朝ごはんをしっかりと食べましたか?



皮ふに異常はありませんか?

ばんそうこうを貼って、プールに入ってはいけません。

手足のツメは長くありませんか?

体調がわるいときには、無理をしないようにしましょう。

プールの約束を守ろう

プールの前

- ・しっかりと準備運動をする
- ・腰まで消毒そうじにつかる
- ・髪の毛は、ゴムでむすび、帽子の中に入れる。ピンどめをはずす



プール学習中

- ・しんどくなったら、無理をしないで休む
- ・プールサイドを走らない
- ・プールに飛びこまない



プールのあと

- ・シャワーを浴びる

プール学習のときには、一人ひとりがいつも以上に安全に気をつけなければいけません。先生のお話をよく聞いて、まわりを守りましょう。

気をつけよう! 夏に多い感染症

なつ いんとうけつまくなつ

プール熱 (咽頭結膜熱)

【原因】アデノウイルスによる飛沫感染。

【症状】39 以上の発熱・のどの痛み・目の充血など

【対応】学校感染症のひとつです。感染したら、症状がなくなってから2日を経過するまで出席停止となります。登校時には、「登校許可書」を提出してください。

とびひ

【原因】虫刺されや湿疹をかきむしったあとに黄色ブドウ球菌が感染して起こる。

【症状】皮ふに水ぶくれができ、破けて赤くむけたような状態になる。

【対応】キズをガーゼで覆って登校しましょう。キズがジクジクしているときは、プールには入れません。

アタマジラミ

【原因】アタマジラミがいる子の

髪の毛と髪の毛の接触によって感染する

【症状】頭皮のかゆみ

【対応】成虫は専用シャンプーで治療する。卵はハサミで髪の毛の根元を切り、ビニール袋に密封して捨てる。

【予防】くしやタオルの共用を避ける。毎日、しっかりシャンプーを。

