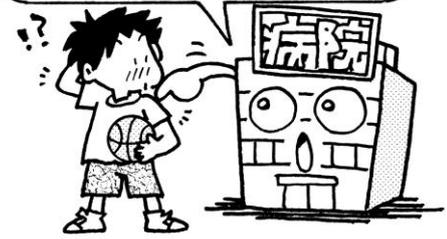


# ほけんだより 7がっ

平成 23 年 7 月 8 日  
寒河江市立南部小学校  
保健室

毎日暑い日がつづきますが、学校では毎日元気な子どもたちの声の中庭や体育館から聞こえてきます。休み時間がおわるころには、汗びっしょりの子どもたち。小さなハンカチでは足りないほどの汗の量です。あせも、アトピー性皮膚炎、ニキビ様の湿疹など、皮膚のトラブルも多くみられるようになりました。これからますます暑くなりますので、汗ふきのタオルもたせてください。夏休みまであともうひとつふんばり。食事や睡眠をじゅうぶんにとり、暑さにまけないからだづくりをしましょう。

治療、もう済ませた？



まだの人は早めに受診を！

## 楽しい水泳学習のために

<p>睡眠時間はたっぷりと</p>	<p>朝ごはんはしっかりと</p>	<p>つめは切ってあるかな</p>	<p>耳そうじをしましょう</p>
-------------------	-------------------	-------------------	-------------------



## 保護者の方へ ～水泳学習・気をつけたい病気について～

### ●咽頭結膜熱（プール熱）

いわゆる「夏かぜ」の一種です。手洗い・うがいのほか、プール後によくシャワーをあびることも予防につながるそうです。プールの水を介して感染しやすいことから「プール熱」ともいわれます。突然の高熱（38℃～40℃）が数日から一週間続き、目が赤くなる、のどが真っ赤になるなど、ふつうのかぜより重い症状がでます。アデノウィルスの感染によりおこります

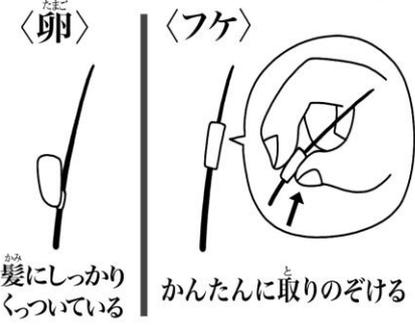
とても感染力が強く、出席停止となります。回復後も体力が回復するまで、一週間はプールに入らない方がいいといわれています。

### ●アタマジラミ

頭部に寄生し、血を吸われたところがかゆくなります。アタマジラミから他の病気がうつることはないといわれています。

最近は、清潔にしているにもかかわらず、どこからか感染することがあり、めずらしいことではありません。

### アタマジラミの卵の見分け方



### ●水いぼ（伝染性軟属腫）

直径1ミリ～3ミリの丸いいぼができ、中にはウィルスをふくんだ液体状のものが入っています。痛みやかゆみなどはありません。

無理にとらず、自然になおるのを待つ場合が多いですが、数が多い場合や、目立つ場合などは、お医者さんに相談してください。

これらの感染症に共通する予防法として『タオルを共有しないこと』『他の人とあまりくっつかないこと』があります。ご家庭でもお子さんの健康状態のチェックをよろしく願いいたします。

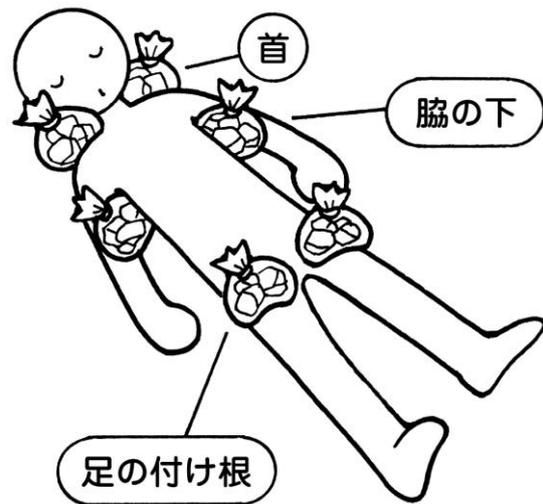
# 熱中症の予防に水筒をもってきてもいいです！

熱中症の応急手当

## 太い血管が あるところを冷やそう

毎年、気温が高くなってくると、気持ち悪くなったり、ひどい頭痛がしたりといった熱中症の疑いの人が出てきます。学校では、熱中症の予防に、来週月曜日からつめたい水や麦茶を入れた水筒を持参してもよいことにします。

なお、学校にもってくる水筒には、きちんと名前を書いておくようにしましょう。



## 健康診断がおわりました

4月から行っていました健康診断が終了しました。受診や精密検査が必要な人にはすでにお知らせを配付しております。(先週の尿の再検査についても、「受診のおすすめ」の紙をもらっていない人は、異常なしということですので、お知らせいたします。) 治療が済んでいる人もたくさんいますが、まだの人はできるだけ早めに受診や治療をはじめましょう。

# まちがいさがし 7 7つのまちがいをさがそう！

